



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W3CN10665	ImageGroup:	I3CN10667
LCCN:	n/a	ISBN:	97892326344

Title:	མི་རིགས་ཀྱི་བདེན་སྟོབས། mi rigs kyi bden stobs/
Author:	n/a
Descriptor:	copy made available from the library of tibetan works and archives; ltwa acc. no. D33773
Original Publication:	pen gyi dpe tshogs/;n/a
Place:	Dharamsala
Publisher:	rgyal spyi'i pen gyi yan lag bod kyi rtsom pa po'i mthun tshogs nas par skrun zhus/
Date:	2014
Volume:	1
Total Volumes:	1
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006.

ཐེན་གྱི་དཔེ་ཆོགས།

D33773



Pen
TIBETAN

མི་རིགས་ཀྱི་བདེན་སྟོབས།



བྱ་མདོ་རིན་བཟང་གིས་བཅུམས།

བོད་ཀྱི་ཚཱ་པ་པོའི་མཐུན་ཆོགས་ནས་དཔར་སྐྱོན་བྱས།



མི་རིགས་ཀྱི་བདེན་སྟོབས།

བྱ་མདོ་རིན་ཆེན་བཟང་པོས་བརྩམས།

རྒྱལ་སྤྱིའི་པེན་ཀྱི་ཡན་ལག་བོད་ཀྱི་ཚཱ་པ་པོའི་མཐུན་ཆོགས་ནས།

མི་རིགས་ཀྱི་བདེན་སྟོབས།

ཚུམ་སྒྲིག་པ། གཡུ་སྒང་འོད་ཟེར།

རྩམ་འགོད་པ། གཡུ་འོད།

ཁུངས་པ། གཡུ་འོད། མེ་འོད། ཀུན་བཟང་རྒྱལ།

མི་རིགས་ཀྱི་བདེན་སྟོབས།

བྱ་མདོ་རིན་ཆེན་བཟང་པོས་བཅུམས།

ཡིག་གཞུགས། རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་སྟོན་ལམ་ཡིག་གཞུགས་༡.༡

མཉེན་ཆས།

Abohe InDesign CS3

དེབ་ཚད།

5.4 in-8 in

དཔར་གྲངས།

500

དཔེ་རྒྱགས། ISBN-978-923263-4-4

དེབ་རིན། ཉིན་སྟོར། ༡༠༠

Copyright © 2014 Tibetan Writers Abroad PEN Centre

དཔར་ཐེངས་དང་པོ། ༢༠༡༤ལོའི་ཟླ་༥པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྒྲིགས།

དཔར་སྐྱུན། ༢༠༡༤ལོའི་ཟླ་༡༠པར་དཔར་ཐེངས་དང་པོ་དཔར།

Web: tibetanpen.org Email: tibpen2002@gmail.com

སྒྲུབ་སྒྲུབ་

བྱ་མདོ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་ནི་བྱ་མདོ་ཐོན་སྐྱོར་རམ་ཨོ་སྐྱོར་ནས་སྒྲུབ་ཤིང་།
རང་ལོ་བཅུ་དྲུག་སྟེང་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་ཆ་ལྡན་གོན་དང་། མཐོ་ལས་དགོན། སྡེ་
ཆ་དགོན། སྒྲ་བྱང་བཟའིས་འབྲེལ། འབྲས་སྒྲུངས་སོགས་སུ་བྱུང་མོང་དང་
བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གནས་ཁག་ལ་སྒྲོབ་གཉེར་གནང་། སྒྲ་གཞུག་ཏུ་ཁོང་
གིས་ < <བཤོལ་མེད་གྱི་ལམ་བྱ། > > དང་། < <ངའི་པ་ལུལ་དང་ཞི་བའི་བཅིངས་
ཁོལ། > > < <ངའི་པ་ལུལ་དང་གཟུབ་ཉན། > > < <དབུ་པར་སོགས་གྱི་དོགས་
འཕྲོས། > > < <ཨ་ལགས་མ་ཁི་བའི་རྣམ་ཐར། > > < <ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་གྱི་
དོགས་འཕྲོས་ > > སོགས་ཐོད་ནས་དཔར་སྐྱབ་བྱས་ཏེ་ཆོས་སྟོན་གཉིས་ཐད་ནས་
ཐོད་གྱི་སྒྱུ་ཆོགས་ཐོག་གཤེད་འཛོལ་དང་ལྷགས་སྒྲུབ་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད།

ཁོང་གིས་ཐོད་ནང་ནས་དཔར་སྐྱབ་བྱེད་མ་བྱུང་བའི་ཆོས་ཡིག་སྟེ། སྒྱུ་ལོ་
ང་བརྒྱད་ཡས་མས་གནད་འགག་ཅན་གྱི་ལོ་ངོ་ཉི་ལྔ་ལྷག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཁ་སྐོང་གི་
དེབ་གཉིས་དང་། དེང་སྐབས་ཀྱི་ཁོང་སྟེ་གསར་བའི་ཐད་ལ་གྲན་པོ་འགའ་རེར་
བཅར་འདྲི་བྱས་པའི་སྐོར་ལ་དེབ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་དག་གི་ཆོས་ཡིག་མ་བྱི་དང་
བཅས་པ་ཆ་ཆང་རྒྱ་ནག་སྟོན་གཞུང་གིས་བཅོན་འཕྲོག་བྱས་ཏེ་ཁྱེར་སོང་བ་དང་།
ལྷ་སའི་འབྲས་སྒྲུངས་དགོན་པ་ནས་བྲིས་པའི་ལྷ་ས་ནང་ཁུལ་གྱི་གནས་སྒྲུངས་
གཙོ་པོར་བརྗོད་པའི་ < <ཁྱག་དང་འདྲེས་པའི་མིག་ཆུ་རྩོན་མོ། > > ཁྱག་དང་པོ་
སྟོན་གཞུང་གིས་འཕྲོག་སྟེ་དམར་པོའི་མེ་ཡིས་ཁ་བས་སུ་བསྐྱབས་ཐེན་པའི་ཆོས་
ཡིག་གལ་ཆེན་ཁག་ཅིག་ང་ཆོ་དང་གཏན་བྲལ་དུ་སྐྱུར་སོང་བ་སྒྲོ་པམ་གྱི་གནས་
སུ་སྐྱུར་ཡོད།

ཁོང་གི་ཚུམ་ཡིག་ཁག་ཅིག་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནད་དོན་ཡོད་པར་བརྟེན་ནས་
བྱ་མདོ་རིན་བཟང་ལགས་སྟེ་ཐེངས་གསུམ་ལ་རྒྱ་གཞུང་གིས་བཀར་ཉར་
ཀྱིས་རྒྱ་རྒྱུ་རབས་དང་རིམ་བུས་བས་དབང་པོ་སྐོན་ཅན་དུ་བཏང་སྟེ་དང་
སྐབས་ལུས་སེམས་ལ་ཤོག་ཐུག་ཆེན་ཡོད་བཏང་ཡོད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་། ཁོང་
གིས་སེམས་ཁྲལ་ཆེ་ཤོས་ནི་མིག་སྒྲུབ་རང་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་པོའི་གནས་བབ་སྐྱོ་
པོ་དེ་མ་ཡིན་པར། ཁོང་གིས་གསུང་རྒྱུར། "ངའི་སེམས་ནས་བཟོད་མི་ཐུབ་པ་
ནི་ < <ཁྲལ་དང་འདྲེས་པའི་མིག་ཚུ་འོན་མོ་> > ཤོགས་ལོང་གཉིས་ཀྱི་རིང་གིས་
པའི་ཚུམ་ཡིག་དཔེ་དེ་བ་གཉིས་ཙམ་ཀྱི་ཟེན་གྱིས་ཡོད་ཆད་རྒྱ་གཞུང་གིས་བཅོན་
ཁང་ནང་དུ་མེར་བསྐྱུགས་པ་རེད། འདི་ནི་ངའི་མི་ཆེ་འདིར་བྱུང་བའི་གོད་ཆག་ཆེ་
ཤོས་དེ་ཡིན།" ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འདི་ནི་ཁོང་གི་མི་ཆེའི་གོད་ཆག་ཡིན་པར་
མ་ཟད་མི་རིགས་ཤིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གོད་ཆག་དང་སྐྱོ་གར་ཡང་ཡིན། དངོས་
ཡོད་དང་བདེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་ཆད་མེད་པེད་དུ་བཅོམ་སྟེ་བཅོན་དབང་གིས་
སྐད་ཆ་དང་རྒྱ་རྒྱུ་རབས་པོ་གཏོང་བ་ནི་འཁོན་སེམས་ཆེ་དུ་གཏོང་བའི་མེ་ལྷེ་
ཡིན་པ་ལས་ཁི་བདེ་ལྗོང་འདྲགས་ཡོད་པའི་མང་གཞི་ག་ལ་ཡིན།

ཉེན་ཞིག་ཉེན་རྟོག་པས་ཁོང་ལ་འདི་གཙོད་བྱེད་སྐབས་། "ཁྱེད་ཀྱིས་ད་ཐེངས་
ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱུང་བ་འདི་རྗེས་སུ་སྤྱི་ཚོགས་སྤེད་སྲོད་ནས་། ཁྱེད་ཀྱི་<<ཁྱེད་
དང་འདྲེས་པའི་མིག་ཚུ་འོ་མོ་>>ནང་བཞིན་གསལ་བོར་ཞིབ་འཛི་བྱས་ཏེ་ཡི་
གཏེར་བཀོད་འདོད་དམ།" ཞེས་བྱིས་སུ་སྤྱི་ཚོགས་ཐོག་གས་དངོས་ཡོད་ཀྱི་སྐད་ཆ་
སྤྲོད་མི་ཚོགས་པ་དང་བདེན་པའི་གནས་ལུགས་འཛི་མི་ཚོགས་པའི་ཉེན་བརྟུང་
བ་རེད། སྤྱིད་གཞུང་གི་ཅ་ཁྲིམས་ནང་གི་སྒྲ་བཟོད་རང་དབང་དང་། ཚུལ་འཛིའི་
རང་དབང་སོགས་གང་དུ་བྱུང་སྲོད་བ་རེད། མི་རིགས་ཤིག་གི་གནས་བབ་སྤྲོད་
མི་ཚོགས་པའི་ཆེས་འདིགས་སུ་རུང་བའི་སྐད་ཆ་འདིས་མི་རིགས་ཤིག་གི་སེམས་

ཁོང་ལ་འདིགས་སྐྱལ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་ཅ་ཁྱིམ་ས་ནང་གི་རང་དབང་གི་སྐད་
ཆ་སྙན་མོ་དག་ཕྱིར་སྒྲངས་ན་རྒྱུ་འབྲེལ་འཛམ་ས་ཤིག་མ་རེད་དམ།

སྙབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་ཁོང་གིས་བོད་ནས་དབར་སྐྱུན་བྱེད་མ་ཐུབ་པའི་
ཅོམ་ཡིག་ཁག་ཅིག་དམར་པོའི་མེ་དཔུང་གི་ཁ་སྙབས་ལ་འདིགས་ནས་ཀྱང་གར་
དུ་བཅན་བྱོལ་ལ་འབྱོར་བས། རྒྱལ་སྤྱིའི་བཅན་གྱི་ཡན་ལག་བོད་ཀྱི་ཅོམ་པ་པོའི་
མཐུན་ཆོགས་ཀྱི་ངོས་ནས་དབར་སྐྱུན་བྱེད་རྒྱ་གལ་ཆེན་དུ་མཐོང་ནས་ < <མི་
རིགས་ཀྱི་བདེན་སྟོབས། > > ཞེས་པའི་ཁོང་གི་དབེ་དེབ་འདི་དབར་སྐྱུན་བྱས་པ་
ཡིན། དེབ་འདིའི་ནང་དུ་བྱ་མདོ་རིན་བཟང་ལགས་ལྟ་ས་ནས་པ་ཡུལ་དུ་མེ་འཁོར་
ནང་དུ་ལོག་སྐབས་ཀྱང་ནག་ཉེན་རྟོག་པས་རྗེས་འདེད་ཀྱིས་ནག་རྩ་འབབ་ཚུགས་
ནས་སྒོ་བྱར་དུ་གསང་སྙབས་ཀྱིས་འཛིན་བཟུང་བྱས་ཏེ་མཉམ་གཅོད་བཏང་བའི་
སྐྱོར་གྱི་ཅོམ་ཡིག་ < <ང་མེ་འཁོར་ལས་བོར་སོང་། > > སོགས་བཅོན་མ་ཞིག་གིས་
ཐུངས་པའི་དཀའ་སྤྱད་ལྷོ་མོ་དང་། རྒྱ་གཞུང་གིས་བཅན་འཕྲོག་བྱས་པའི་ཅོམ་
ཡིག་ < <ཁག་དང་འདྲེས་པའི་མིག་རྩོན་མོ་ > > སོགས་ཀྱི་སྐྱོར་ལ་བྲིས་པའི་
< <བརྗེད་མི་སྲིད་པའི་མེ་ལྷེ་དམར་པོ། > > ཉིས་སྟོང་བརྒྱད་པོའི་བོད་མིའི་ཞི་ཁྱོལ་
ཆེན་མོའི་སྐབས་བྲིས་པའི་ < <མི་རིགས་ཀྱི་བདེན་སྟོབས། > > དང་ < <ངའི་མིག་
ནང་གི་གསུམ་གཅིག་བཞིའི་དོན་རྒྱུ། > > གཞན་ཡང་ < <སྐར་ལྗེའི་འོག་ནང་ཆོ་
ལ་འདང་རྒྱག་ཡོད་ > > ཅས་པ་སོགས་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་འདས་མ་དག་གསུམ་གྱི་
གནས་བབ་སྤྱི་གཡའ་བ་དང་། དེ་དག་ལས་འཕྲོས་པའི་ན་རྩྭ་དང་། དཀའ་སྤྱད་
ལ་རྒྱ། ཆོད་སེམས། སྤྱིང་སྟོབས་དང་ཁྲ་བདེན་སོགས་བཅོན་གྱིས་བཀག་ཀྱང་
མ་ཁོག་པར་བྱེ་ཡུལ་དུ་བྱེ་རུ་ཐོན་པ་རེད།

“ལུས་པོ་བཅོན་ཁང་དུ་དབང་བསྐྱུར་བྱེད་ཐུབ་ཀྱང་བསམ་སྒྲོ་ནམ་ཡང་དབང་
བསྐྱུར་བྱེད་མི་ཐུབ་” ཅེས་པའི་གདམས་པ་འདི་ལྟར་བྱ་མདོ་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་

ལགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་དང་ལྟ་བ་སོགས་ནས་ཡང་དབང་དུ་བསྐྱུ་མི་ཐུབ་པས། ཁོང་གི་གཤམ་ཆེད་ཚུམ་ཡིག་ཁག་ཅིག་བོད་ཀྱི་ཚུམ་བ་པོའི་མཐུན་ཆོགས་ཀྱི་ཆོགས་གཞོན་སྟོ་ཆོགས་ཆོས་གྲགས་བརྒྱད་ནས་ལག་སོན་བྱང་བ་ཁག་གཅེས་བཏུས་ཀྱིས་དཔེ་དེས་འདི་དབང་དུ་བཏབ་བ་ཡིན།

རྩ་རམ་ས་ལར་རྟེན་གཞི་བྱས་པའི་བོད་ཀྱི་ཚུམ་བ་པོའི་མཐུན་ཆོགས་ངོས་ནས་བཅན་བྱོལ་བོད་མིའི་སྤྱི་ཆོགས་ཁོད་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་གོང་སྤེལ་དང་། བོད་ནང་གི་ཚུམ་བ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དབང་སྐྱོན་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་བཅུམས་ཆོས་ཁག་དབང་སྐྱོན་བྱེད་སྤྱུ། བཅོན་འོག་གི་ཚུམ་བ་པོ་དང་། སྤྱི་ཅལ་བ། གཞས་བ་སོགས་ཀྱི་གནས་སྐངས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚུམ་བ་པོའི་ཆོགས་ཆེན་དང་ཆོགས་འདུ་ཁག་བརྒྱད་སྟེང་སྟེང་དང་དེ་དག་གི་ཆེད་དུ་གོས་ཆོད་འཛོག་པར་འབད་བཅོན། བོད་ནང་གི་སྤྱི་བཞོད་རང་དབང་དང་། ཚུམ་འཁྱའི་རང་དབང་། སྐད་ཡིག་གི་རང་དབང་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ལ་དམིགས་ཏེ་ལས་འགུལ་སྤེལ་བ་དང་། ལྷག་པར་དུ་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཐེན་ཀྱི་ཆོགས་བ་བརྒྱད་ནས་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཆོགས་སོགས་ཆོགས་སྡེ་ཆེ་ཁག་ལ་ཞུ་གཏུགས་སོགས་བྱས་དང་བྱེད་ཐུས་ཡིན།

ཚུམ་སྤྱིག་པས།

དཀའ་ཆག

སྟོན་མྱེང་།.....	(1v)
སྐར་ལྗེ་འོག་ན་ང་ཚོ་ལ་འདང་རྒྱག་ཡོད།	(1)
ང་མེ་འཁོར་ནང་དུ་བོར་སོང་།.....	(3)
ཚོད་སེམས།.....	(23)
བརྗེད་མི་སྲིད་པའི་མེ་ལྷེ་དམར་པོ།.....	(29)
མི་རིགས་ཀྱི་བདེན་སྟོབས།.....	(45)
སྟོ་ཁྲི་ཉིན་མོ།.....	(48)
ངའི་མིག་ནང་གི་གསུམ་གཅིག་བཞིའི་དོན་རྒྱུ།.....	(56)
ཨ་མའི་ཁ་བར།.....	(84)

སྐར་ལྗེ་འོག་ན་ང་ཚོ་ལ་འདང་རྒྱག་ཡོད།

བྱ་མདོའི་ཁྱག་རྩོན་

སྐར་ལྗེ་འོག་ཏུ།

ཁྱག་དང་འབྲེས་པའི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ།

གཙང་བོ་དང་འབྲེས་ནས་རྒྱང་དུ་བཞུད།

བྱངས་ཁྱག་གི་བཞུར་སྒྲངས་དེའང་འཇགས།

འཇགས་རྩང་གི་དུས་དེ་རིང་།

སྐུ་ཁྱུང་གི་བྱི་རོལ་ནི་གཞན་ཞིག་གིས་དབང་བསྐྱར་བྱས་ཟིན།

སང་ཉིན། རྒྱང་འགོར་ན།

སྐུ་ཐིང་ཐིང་གི་བྲང་གཞུང་དུ་དཔུང་འཇུག་བྱེད་ཅིས་རེད།

གསལ་བྱེད་སྐྱམ་རྒྱ་དང་རང་དབང་ཐོབ་ཐང་།

ད་དུང་། རྩལ་ཆུ་དང་ཁྱག་ལ་ཐིམ་པའི་མེས་པོ་དག

རབ་རིབ་ནས་མག་མོག་དུ་སྐྱར།

འདས་ཤིང་ཆས་པའི་ཁ་སང་གི།
པ་ཡུལ་གསོན་པོ། འཆོ་བ་རྫོན་མོ།
པ་རོལ་བས་ཞི་སྤང་དང་མེ་སྒྲོགས་ཀྱིས་གཏོར་བ།
ཁྱོད་ཀྱིས་བྲན་ཨེ་ཁྱོད་། ཡང་ན །
རི་ཅེའི་དར་ལྗོངས། ཉག་ཁའི་རྟུ་འབྲུམ།
གསེར་གྱི་ལྷ་ཁང་། པོ་ཏིའི་གླིགས་བཅ་སོགས།
ཆོད་ཆོད་ལ་བྱ་སྤྱོད་བྱ་འབྲེལ་བ།
ཁྱོད་ཀྱིས་བསམ་ཨེ་ཁྱོད་།

བསམ་རིགས་བླ།
སྐར་ལྗེའི་འོག་ན་ང་ཆོ་ལ་འདང་རྒྱག་ཡོད།
གནམ་མཁའ་མས་བདེན་དཔང་བྱས་ཆོག།
དགོན་མཆོག་མཁྱེན། བྲང་མོར་བཤད་ན།
ཁྱོད་ཀྱི་སྤྲ་མེད་ཀྱི་མཁས་དབང་ཆོ་རྒྱུ་ལག་སྒྲོག་བརྒྱབ་ནས་གཤེགས་སོང་།
ཁྱོད་ཀྱི་གསེར་ལྷ་བྱའི་པ་མ་དག་མི་ངན་རིགས་བཞིའི་གྲལ་ནས་འདས་སོང་།
ཁྱོད་ཀྱི་སྤྲིང་ཉེ་བའི་རྩེ་མས་བཅན་གཡེམ་ཁུར་ནས་ཤི་འོ།

ང་མེ་འཁོར་ནང་དུ་བོར་སོང་།

ཉིན་དེར་ང་ཆོའི་ཁམས་ཚན་སྤྱི་གཞུང་ལ་ལས་ཀ་ཞིག་ཡོད། དེར་ཁམས་
 ཚན་ཡོངས་ནས་ཉིན་གཉིས་གསུམ་རིང་ལ་ལས་ཀ་གཉིད། སྐབས་དེར་གཞུགས་པོ་
 བདེ་ཐང་མིན་པས་ཆམ་པ་རྩོས་འབྲུག་ཅིག་བྱུང་། དེར་བསྐྱུན་ནས་ནད་གཞི་སྒྱུ་རུ་
 ཆགས་སོང་། ཐེངས་འགར་ཆོས་གྲོགས་ཆོས་ནད་གཡོག་འདྲ་བྱས་ནས་སྒྲན་ཁང་
 དུ་བརྟག་དཔྱད་དང་སྒྲན་བཅོས་ཡང་ཡང་བྱས། ཉིན་རེ་ནས་ཉིན་རེར་རེ་ངན་དུ་
 སོང་། ཡིན་ནའང་ཆོས་གྲོགས་ཆོ་མ་གཏོགས་སྤྱི་སྤྱུག་ཁུ་ས་དང་རེ་ས་གཞན་མི་
 འདུག། སྐབས་དེར་དགོན་པའི་བདེ་འཇགས་མི་སྣ་ཆོ་དང་ཐུག་འཕྲད་བྱུང་སྐབས་
 ལྟ་ཚུལ་རྒྱན་ལྟན་མིན་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད་སྟེ་ཡང་དོ་སྣང་ཆེར་མ་བྱས། ངའི་བསམ་
 སྡོང་དུ་ལོ་ཁྲི་ཆོས་འབྲས་སྤྱངས་དགོན་པར་རྒྱལ་གཅེས་ཆོས་གཅེས་ཀྱི་སྒོ་བ་གསོ་
 གཏོང་སྐབས་ང་ཆོ་འགའ་རེ་དམིགས་འབེན་ལྟ་བུར་བབྱང་ཡོད་རྒྱུ་རེད་བསམ་
 བྱུང་། དན་འབག་སྒྲན་ཁང་དུ་བསྐྱུད་མར་ཉིན་ལྷུག་ཅམ་ལ་སོང་ནའང་ནད་ཀྱི་
 རོ་བོ་རེ་ངན་དུ་བྱུང་སོང་། ཉིན་ཞིག་ན་རྒྱག་བཟོད་ཐབས་བྲལ་བ་ཞིག་སྤྱིས་པས།
 སྒྲན་ཁང་ནས་ཐུར་སྒྲོལ་ཁང་དུ་འགྲོ་དགོས་ཟེར། ཉིན་དེར་ང་རང་གཅིག་ཕུ་ཡིན།
 སྒྲན་པ་ཆོས་བྱེད་ལ་གྲོགས་པོ་ཆོའི་ཁ་པར་ཨང་གངས་ཡོད་ན་ཁ་པར་གཏོང་དགོས་
 ཟེར་པས། ཆོས་གྲོགས་ཐོས་བསམ་ལ་ཁ་པར་བཏང་། ཁོ་ཐོན་ནས་བོད་རྒྱུངས་སྒྲན་
 ཅིས་ཁང་དུ་སོང་། སྒྲན་པས་བརྟག་དཔྱད་ཡང་ཡང་བཏང་པས། ད་དུང་ནད་གཞི་

གསལ་བོར་ངོས་འཛིན་མི་ཐུབ་ཟེར། རྒྱ་མཚན་ནི་མཁྱིས་པ་དང་མཆིན་པར་ཉེན་ཁ་
ཆེན་པོ་འདུག་ཟེར། ཉེན་འགར་སྒྲན་ཁབ་བརྒྱབ་ནས་ཉེན་ཁ་རྒྱུང་བྱུང་བཏང་ནས་
གསལ་ཐག་ཆོད་དགོས་ཟེར།

སྐབས་དེར་ངའི་ཉེ་འཁོར་ན་ངའི་ཆོས་གྲོགས་ཐོས་བསམ་རྒྱ་མཚོ་མ་
གཏོགས་ང་ལ་བདག་གཉེར་བྱེད་མཁན་མི་གཅིག་ཀྱང་མེད། ཏ་ལས་བཞིག་ལ་
འབྲས་སྤངས་དགོན་པར་རྒྱན་དུ་ཡོང་བའི་སྤྱི་བདེ་མི་སྣ་འགའ་དང་དེའི་སྡོན་རྒྱ་
ནག་གིས་བོད་རང་སྤྱོད་སྡོངས་བཅུགས་ནས་ལོ་འཁོར་༥༥ལོན་པའི་མཛད་སྒྲོར་
རྟོག་ང་བཙོ་མི་ཆོག་ཅིས་ང་ཆོའི་ཁམས་ཚན་དུ་ཡོང་ནས་སློབ་གསེ་གཏོང་མཁན་
ཀྱི་ཨ་མ་དོ་ཟེ་ལིང་དང་ལྷ་སའི་བར་ཀྱི་བོད་རིགས་བདེ་འཇགས་མི་སྣ་ཞིག་ཡོད་པ་
དེ་གཉིས་མཐོང་གི་འདུག ང་རང་གི་བསམ་པར་ཁོ་ཆོ་ནད་པ་ཞིག་ལ་བལྟ་དུ་ཡོང་
བའམ་ཡང་ན་གྱོད་དོན་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ཡོང་བ་འདྲ་མ་གཏོགས་བསམ་སྒྲོར་དོགས་
གཞི་ཆེར་མ་ཤར། ཡང་ན་སྐབས་དེར་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་བོད་ཡུལ་དུ་
ཕེབས་རྒྱ་རེད་ཟེར་བའི་གཏམ་སྒྲེང་འདྲ་མིན་སྣ་ཆོགས་ཤིག་ང་རྒྱ་དང་བོད་མི་ལ་
ལས་སྒྲེང་གི་འདུག་པས། རྒྱ་ནག་གིས་སྒྲན་ཁབ་སོགས་ལས་ཁུངས་སོ་སོར་དོགས་
ཐོན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་འདྲ་བསམ་བྱུང་། གང་ལྟར་ནད་ཀྱི་ན་རླག་གི་བར་གསེང་
ནས་ཡང་དེའི་ཕྱོགས་ལ་བསམ་སྒྲོར་ཤོར་འགྲོ་གི་འདུག སྒྲན་ཁབ་དུ་ཞག་སྟོད་བྱས་
ནས་ཉེན་འགའི་རྗེས་ནས་ཁམས་ཚན་དང་དགོན་པའི་ཆོས་གྲོགས་ཆོ་བསྐྱེད་མར་
ང་རང་ལ་བལྟ་དུ་ཕེབས་བྱུང་། ཆོས་གྲོགས་ཐོས་བསམ་རྒྱན་དུ་ང་དང་ལྟན་དུ་ཡོད།

ཉེན་འགའི་རྗེས་སྤྱང་རང་གི་ནད་ནི་མཆིན་ནད་རེད་ཟེར། སེམས་ལ་
ད་ནི་མི་ཆོ་འདིར་དོན་སྟོང་ཞིག་ལེན་མ་ཐུབ་པར་སྦྱར་དུ་བྱི་མར་འགྲོ་དགོས་བྱུང་
བསམ། མི་ཆོ་འཆར་གཞི་ཁོ་ནས་རྗེས་སེང་བ་ང་རང་ལྟ་བུ་རེད་སྟེ་མི་པེངས་
འགྱོད་ཅིག་མ་གཏོགས་ཡིད་ལ་གཞན་ངན་རྒྱ་མི་འདུག བ་ཡུལ་ནས་ཀྱང་ང་རང་

ལ་ནད་གཞི་མྱ་མོ་ཞིག་བྱང་ཡོད་པ་ཏུ་གོ་ནས་ཨ་མས་ཁ་པར་ལས་མིག་ཚུ་བཏོན་
ནའང་། ང་རང་ལ་སྒྲོན་མི་འདུག ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ་ཕ་ཡུལ་དུ་ཡོང་རྒྱུ་ཡིན་
ཞེས་སེམས་གསོ་རེ་བྱས་པ་ཡིན། སྐབས་ཁང་ནས་ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་བརྟག་དཔྱད་
གཏོང་མཁན་སྐབས་པ་ཡོང་གི་འདུག ནད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཕྱིར་དྲིས་ཆེ་འོས་འཆམས་
རེ་བཤད་དེ་བྱང་འགོ་བས་སན་ཁེ་ཆེན་པོ་བྱང་སྐྱམ་པ་མ་སྐྱེས།

ཉིན་ཞིག་བརྟག་དཔྱད་གཏོང་མཁན་སྐབས་པ་གསར་བ་ཞིག་སྐེབས་བྱུང་།
ཁོ་འཚུབ་ཆའི་ངང་ངའི་ནད་ལ་བརྟག་དཔྱད་མི་གཏོང་བར་ངའི་གདོང་ལ་གསལ་
བོར་ཅེར་འདུག སྐབས་དེར་ངས་ཁོ་ལ་དེ་རིང་ཆ་གུང་དང་མཁྱིས་པ་ག་འདྲ་རེད་
ཅེས་དྲིས་ཆེ་ཆོག་གཅིག་གུང་ལ་བ་རྒྱ་མི་འདུག ངའི་བསམ་པར་འདི་འདྲའི་ནད་
རྟགས་གཅིག་གུང་ལ་བ་རྒྱ་མེད་པའི་སྐབས་པ་འདི་ཆོས་ནད་པའི་ཆེ་སྟག་རི་ལྟར་
སྒྲོབ་སྐྱམ་པའི་སྒྲོ་བ་ཞིག་སྐྱེས་བྱུང་། དོན་དངོས་སུ་ཁོ་རང་སྐབས་པ་ཞིག་མིན་པར་
སྒྱི་བདེ་མི་སྐྱ་ཞིག་ཡིན་པ་རྗེས་སུ་ངས་ཏུ་གོ་སོང་། ཉིན་ལྷ་དྲུག་ཙམ་ལ་སྐབས་ཁང་
དུ་ཞག་སྔོན་བྱས་གུང་སན་ཐོགས་ཆེར་མ་བྱུང་། ཉིན་ཞིག་ངའི་ཕ་ཡུལ་ནས་ཏུ་བོ་
མང་ཐོས་རྒྱ་མཆོས་པ་ཡུལ་ཨ་མདོ་ནས་མཁྱིས་སྦྱང་འགའ་ཁྱེར་ཡོང་བས་ཅུང་སན་
ཐོགས་བྱུང་། ཡིན་ནའང་ཕ་ཡུལ་དུ་འགོ་བྱུང་གི་མི་འདུག

སྐབས་དེར་ཕ་ཡུལ་ཨ་མདོ་ནས་ཐོགས་པོ་ཞིག་གིས་ཁ་པར་ལས་ཁོ་ཆོས་
མ་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་ཨ་མདོ་སྐུ་འབྱམ་དུ་ཕེབས་རྒྱ་རེད་ཟེར་བས་ཕེབས་སྐྱག་
བྱས་ནས་བསྐད་ཡོད། བོད་མི་གཙོ་མཛད་པའི་མི་ཆོགས་ཏུ་ཅང་མང་པོ་འདུག་ཟེར།
ངས་ཁོ་ལ་བདེན་མིན་དོགས་པ་ཆེན་པོ་འདུག ཁ་སང་དེ་རིང་རིན་པོ་ཆེ་ཆང་གིས་
རྩ་ལམ་ས་ལར་བཀའ་ཆོས་གནང་གི་འདུག་ཟེར་བས་བདེན་མིན་བརྟག་དགོས་
ཟེར་བ་ལས་གཞན་ཅང་མ་ལག ཉིན་དེའི་ཕྱི་ཉིན་སྒྲོལ་མ་འཆོ་ཕ་ཡུལ་དུ་འགོ་
རྒྱུ་ཡིན་ཟེར། ངས་མོ་ལ་ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ་ངའི་ནད་ཅུང་བདེ་ཙམ་བྱུང་ན་རེད་

གཉིས་པ་ཡུལ་ལ་སྟོན་དུ་སོང་ན་ཆོག་གམ་ཞེས་བཤད་པས། ཆོག་གི་ཟེར། ཉིན་
 འགའི་རྗེས་ཀྱི་འགྲོ་ཉིན་སྔ་རོལ་ནས་མེ་འཁོར་འཛིན་བྱང་ཉོས་པ་ཡིན། འཛིན་བྱང་
 གྱི་ཟླ་བདུན་པའི་ཆོས་དགུ་ཉིན་རེད། འགྲོ་བའི་སྔ་ཉིན་སྟོ་བྱར་དུ་སྟོན་ཁང་ནས་
 ཕྱིར་འབྱུང་རྒྱུ་ཡིན་ཚུལ་སྟོན་པར་བཤད་པས། སྟོན་པས་གཏན་ནས་མི་ཆོག་ བད་
 པ་སྟེ་མོ་རེད་ས་ཐག་རིང་ལ་སོང་ན་ཉིན་ཁ་ཆེན་པོ་འདུག་པས་དེ་འདྲ་མ་ལམ་ཟེར།
 ཡིན་ནའང་། ངས་ཁྱ་ཚུགས་ཀྱིས་སྟོན་ཁང་ནས་འབྱུང་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པས་ཁོ་
 ཆོས་ལམ་བར་དུ་ཆེ་སྟག་ལ་ཉིན་ཁ་བྱང་ན་སྟོན་ཁང་ལ་གྱུང་དོན་སྟེང་རྒྱ་མེད་པའི་
 ཆིངས་ཡིག་འབྲི་དགོས་ཟེར་བཞིན་ཡིག་ཞིག་ཀྱང་བྲིས་པ་ཡིན། ཕྱི་ཉིན་སྟོན་ཁང་
 ནས་ཕྱིར་བྱང་པ་ཡིན།

སྟོན་ཁང་ར་སྐོར་ཕྱི་རོལ་དུ་བྱང་མ་ཐག་གྱི་བདེ་ཆུངས་འཁོར་ཞིག་
 སྟེབས་བྱང་། ཉིན་རྟོག་པ་དེ་ཆོས་འདྲ་པར་ཞིག་ཀྱང་བརྒྱབ་སོང་སྟེ་པའི་ནམ་རྟོག་
 ཅིག་ཤར་བྱང་ཡང་གསལ་བོར་རྟོགས་མ་བྱང་། གྲོགས་པོ་གནམ་ལྟ་ཐར་གྱི་ཆུངས་
 འཁོར་ལས་འབྲས་སྤངས་དགོན་པར་ཡོང་། རང་ཤག་དུ་ཉལ་ས་ཞིག་བཅོས་ཏེ་ངལ་
 གསོ་རེ་བྱས། ཆོས་གྲོགས་ཆོ་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་ཀྱིས་ཁམས་འདྲི་ལ་ཐེབས་
 བྱང་། (ཕན་ཚུན་སྟོ་བྱར་གྱི་ཆ་བད་སྟེ་བ་ལ།) པ་ཡུལ་དུ་སོང་ནས་སྟོན་བཅོས་བྱས་
 བ་ལེགས་ཚུལ་བཤད། ངས་ཀྱང་སང་ཉིན་པ་ཡུལ་དུ་འགྲོ་ཆེས་ཡོད་ཅེས་བཤད་པ་
 ཡིན། མཆན་མོ་དེར་ང་རང་པ་ཡུལ་ཨ་མ་དོར་འགྲོ་ཆས་ཀྱི་ཅ་དངོས་བསྟུ་གཉེར་
 འདྲ་བྱས། ཚུམ་ཡིག་ཆ་ཆང་པ་ཡུལ་ལ་ཁྱིར་ནས་དཔེ་དེབ་ཅིག་སྤྱད་བསམ་པར་སྔ་
 མོ་ནས་བྲམ་གྱི་ཡོད། ཚུམ་ཡིག་ཆ་ཆང་བསྟུ་ཉར་བྱེད་སྐབས་འབྲས་སྤངས་དགོན་
 པའི་ཁོར་ཡུག་ལས་འཕྲོས་པའི་ཉིན་མོ་ལྟ་བུ་《ཐག་དང་འདྲེས་པའི་མིག་ཚུ་དོན་
 མོ་》ཟེར་བའི་ཚུམ་ཡིག་ཤོག་བྲངས་ཉི་ཤུ་ལྟག་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་དཔེ་སྐམ་དང་དཔེ་
 གཞུང་སོགས་སུ་ངེ་ལྟར་བཅོལ་ཀྱང་གཏན་ནས་རྟེན་མ་སོང་།

སྒོ་འགྲོད་ངང་མཚན་མོ་གཉིད་ཀྱང་མ་བྱུང་བའི་སྐབས་ཤིག་སྟེ། སལ་
 ཆེར་ཚུ་ཆོད་གཉིས་ཡས་མས་ཅམ་ཞིག་ལ་མི་ཞིག་ངའི་ནང་དུ་སླེབས་བྱུང་། ཅུང་
 དངངས་སྐྱག་དང་བཅས་སུ་ཡིན་བསམ་ནས་ཨ་རོགས་ཟེར་དུས་ང་དང་འཇིན་གྱ་
 གཅིག་པའི་ཆོས་གྲོགས་ཤིག་རེད། ལམས་བདེ་ཞིག་ངིས་ཏེ་སང་ཉིན་པ་ཡུལ་དུ་
 འགོ་ཆིས་ཡོད་དམ་ཟེར་བཞིན་ཁོས་ང་ལ་སྒྲོར་ཉི་ཤུ་སྤྱད་བྱུང་། སན་ཚུན་ལབ་སྒྲེང་
 ཅུང་ཟད་བྱས་ཐེས་ཁོང་བྱད་སོང་། ངའི་བསམ་པར་མཚན་མོ་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་
 ངའི་ནད་གཞི་འདྲི་པར་ཐེབས་བྱུང་བས་ཆོས་གྲོགས་ཀྱི་བཙེ་བ་ཡིན་རྒྱ་རེད་བསམ་
 བྱུང་། སྤྱིར་ན་སྐབས་དེའི་སྡོན་དུ་ང་རང་ལ་གསང་ཉུལ་བྱེད་མཁན་འདུག་ཟེར་བ་
 ཡོད་པས་དོགས་ཟོན་འདྲ་བྱས་ཡོད། ཡིན་ནའང་། ཆོས་གྲོགས་ཁོ་ཡིན་པས་སྒོ་བདེ་
 བོ་བྱུང་། དེའི་སྡོན་ལ་ངའི་ནད་དུ་བོད་སྤྱིད་གཞུང་དང་གཞུང་སྐྱེར་སོ་སོའི་དུས་
 དེབ་དང་ཆགས་པར། འོད་སྟེར་འདྲ་མིན་སྣ་ཆོགས་ཡོད་ལ། ཆོས་གྲོགས་སོ་སོར་
 བསྟན་ཡང་མྱོང་། དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཡར་ལྗོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་
 རོ་མ་དང་ཚུར་ལྗོགས་ཀྱི་གནས་སྐབས་གཉིས་རོ་འཕྲོད་དཀའ་བ་དང་། ཐ་ན་དུས་
 དེབ་དང་ཆགས་པར་ཚོམ་སྒྲིག་པ་ཞིག་གི་རོས་ནས་ཀྱང་ཁོའི་མངའ་ཐང་དེ་རང་
 དབང་ལྡན་པ་ཞིག་རྒྱ་བསྐྱེད་མི་ཐུབ་པའི་སྡོན་ཆ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་སེལ་ཆེད་དུ་ཡིན།

ཕྱི་ཉིན་ཞོགས་པ་སྔ་མོ་ནས་ལམ་ལ་ཆས། ཡིན་ནའང་། གྲོགས་གནམ་
 ལྷ་ཐར་གྱི་རྒྱངས་འཁོར་ང་རང་ལེན་དུ་ཡོང་རྒྱ་བྱས་ཡོད་པས། ཡུད་ཅམ་ཞིག་ལ་
 རྒྱག་ནས་བསྐད་པ་ཡིན། ཞོགས་པ་ཚུ་ཆོད་བརྒྱད་པར་མེ་འཁོར་ལམ་ལ་ཆས་
 རྒྱའི་དུས་ཆོད་ཡིན་པས། བྲེལ་འཚུབ་ཏུ་ཅང་ཆེན་པོ་འདུག ཡིན་ནའང་ཡུད་ཅམ་
 བས་རྒྱངས་འཁོར་ལ་བསྐད་དེ་མེ་འཁོར་ས་ཚུགས་སུ་འབྱོར། མེ་འཁོར་ལམ་ལ་
 ཆས་རྒྱར་སྐར་མ་ལྷ་ཅམ་ལས་མི་འདུག བཀོན་པོ་ཐམས་ཅད་མེ་འཁོར་དུ་བསྐད་
 ཆར། ང་རང་མེ་འཁོར་ས་ཚུགས་ཀྱི་སྒོ་འགྲམ་དུ་འབྱོར་དུས་མིག་ཤེལ་ནག་པོ་གྲོན་

པའི་མི་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ང་རང་ལ་གསལ་བོར་བལྟ་གིན་འདུག་ནའང་དོ་སྣང་ཆེར་མ་
 བྱས། སློལ་མ་འཆོ་དང་ངེད་གཉིས་ཀྱི་རྒྱབ་སྟེགས་གཡས་གཡོན་རེད། མི་འཁོར་
 ནང་དུ་བོད་རིགས་ཀྱང་ཉ་ཅང་མང་པོ་འདུག་ལ་ང་དང་ལྟན་དུ་འང་བོད་མི་འགའ་
 འདུག། ཆ་རྒྱས་མེད་པ་དང་ན་ཆས་དབང་གིས་སེམས་པ་སྦྱིད་པོ་འདྲ་མ་བྱུང་བས་
 རྒྱ་ཆོད་གཅིག་རིང་ལ་ཁ་བརྒྱུ་མ་བྱས། མི་འཁོར་ནང་དུ་བྱུང་མ་ཐག་རྒྱ་གར་ནས་
 ཐོན་པའི་དུས་དེབ་དང་ཆགས་པར་མཆོག་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་དབྱུ་མའི་ལམ་གྱི་
 གསུང་བཤད་འོད་སྟེར་སོགས་ལོགས་སུ་རས་ཁྲུག་ཅིག་གི་ནང་དུ་བཅུག་ཏེ་མདུན་
 ཅོག་གི་འོག་དུ་གསང་བར་བཞག་པ་ཡིན། རྒྱ་མཆན་ནི། དེ་དུས་མི་འཁོར་གསར་
 བ་ལྟ་སར་ཐོན་སྐབས་རྒྱ་ནག་གིས་དོགས་བློ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་རྒྱ་རྒྱུ་སོགས་
 ལ་སྟོག་གཤེར་བྱས་ཞེ་ཡོང་བས་མ་པ་ཡིན། ཡུད་ཅམ་སོང་བ་ན་མི་འཁོར་གྱི་བདེ་
 རུ་ཁག་གི་མི་སྣ་ཞིག་གིས་འབྲི་དེབ་ཅིག་བཟུང་ནས་ང་ཆོ་སྟོད་སའི་འཁོར་སྐམ་
 དེའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་མགོན་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་བཤད་རྒྱུར། ད་ལྟ་མི་འཁོར་ལྟ་སར་
 ཐོན་པའི་དགེ་མཆན་དང་སྟབས་བདེ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དང་། མི་རིགས་མཐུན་
 སྦྱོལ་གྱི་གཞི་རྩ་ཡིན་ཚུལ་སོགས་ན་བར་མི་འགོ་བའི་རྒྱག་རྩན་ལུང་བ་གང་བཤད་
 སོང་བར། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཐལ་མོ་བརྟུང་སྟེ་དགའ་བསུ་བྱེད་གི་འདུག་ ང་རང་གི་
 བསམ་པར་ད་ནི་བོད་ལྗངས་ཆར་སོང་བ་རེད་བསམ་ནས་དགའ་བསུ་བྱེད་རྒྱ་པར་
 ཞོག། མིག་ལོག་ཅིག་བརྒྱབ་སྟེ་བསྟེན་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་གསར་བུ་ངོ་གདོང་སྒྲུག་
 པོ། མིག་ཆེན་པོ་སྟེ་མཐོན་པོ། གཟུགས་པོ་ཆེན་པོ་ཅན་ཞིག་གིས་ང་ལ་མིག་ཅེར་
 ཏེ་བལྟ་བཞིན་འདུག་པ་མ་ཟད། འདྲ་པར་ཞིག་ཀྱང་བརྒྱབ་སོང་། དོན་མེད་ལ་འདྲ་
 པར་རྒྱག་དོན་ཅི་ཡིན་འདྲི་འདོད་ནས་ཡར་ལངས་བསམ་ཀྱང་ན་ཆའི་དབང་གིས་
 ལངས་སྟབ་མ་སོང་། མི་འཁོར་འདམ་གཞུང་རྫོང་ལ་སྟེབས་སོང་། སློལ་མ་འཆོས་རྒྱ་
 ཁོལ་ཞིག་སྤངས་ཡོང་ནས་བ་མ་ཐོས་ན་ཟེར། བ་མ་བཟུང་བའི་ཡིག་མེད་པས་བ་

ཐུབ་མ་སོང་། ངའི་གམ་གྱི་མི་སྐྱེ་དེ་ལ་ཁྱོད་གང་གི་ཡིན་ཞེས་འདྲི་དུས། དེ་བཞོང་གི་ཡིན་ཟེར། ཕན་ཚུན་ཁ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྐྱེ་སྐྱོང་གི་ཡིན། ངས་ཁོ་ལ་ད་ལྟ་མེ་འཁོར་ལྟ་སར་ཐོན་པ་འདི་སྐྱེ་གི་ལྷན་ཁྱུར་ཐོན་པ་ལྟ་བུ་རེད། ཁོ་ཆོས་སྐྱེ་ཆོགས་ལ་དགའ་བསུ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། ང་ཆོ་ཅི་འདྲའི་སྐྱོ་བ་ལ་ཞེས་བཤད་པས། ཁོས་ཡང་དེ་འདྲ་རེད་ཟེར།

དེ་ལྟར་འགྲོ་སྐབས་གསར་བ་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཡར་འགྲོ་མར་འགྲོ་བྱས་ཏེ་ཁོམ་གི་མི་འདུག བརྟན་ལེན་དང་པར་ལེན་འཕྲུལ་ཆས་ཡར་མར་ཐམས་ཅད་ལ་སྐྱོར་ཁོར་ང་རང་ལ་ཡང་ཐེངས་གང་མང་ཞིག་ལ་སྒྲངས་སོང་། ཕྱི་རྒྱ་ཆོད་དང་པོ་ཡས་མས་ཅམ་ནས་ནག་ཚུར་འཕྱོར་བྱུང་། ནག་ཚུའི་མེ་འཁོར་ས་ཚུགས་སུ་མེ་འཁོར་བསྐྱད་མ་ཐག ང་རང་གིས་ཀྱང་མཉམ་འཛོག་བྱས་ཡོད། སྐབས་དེར་གསར་བྱ་འདྲ་མཉམ་ལྟ་བུ་གཙུག་ཅམ་ཐོན་ཏེ་བདེ་འཇགས་མི་སྣའི་ལག་ཁྱེར་འདྲ་བསྟན་ནས། སྐྱེ་ཞབས་བྱེད་རང་སར་འབབ་རོགས། བྱེད་ལ་སྐད་ཆ་འགའ་འདྲི་རྒྱ་འདུག་ཟེར་བཞིན། ངའི་དཔུང་བ་ནས་བཟུང་ཏེ་ཤུགས་འཐེན་བྱས། ང་རང་ནད་ཀྱི་དབང་གིས་གཞུགས་པོ་འགྲུལ་བསྐྱོད་ཆེན་པོ་བྱེད་མི་ཐུབ་པས་མཁྱོགས་པོར་ཡར་ལངས་ཡང་མ་ཐུབ། ཡིན་ནའང་ཁོ་ཆོས་འདི་ལག་ཁྱེར་རྩིས་འཁོར་དང་དངོས་ཨས་ཆ་ཆང་གར་ཡོད་དང་གང་ཡིན་གསལ་བོར་ཤེས་འདུག དེ་དུས་དེ་སྔོན་མེ་འཁོར་ནང་དུ་འདྲ་པར་དང་བརྟན་ལེན་མ་ཐག་གྱི་གསར་བྱ་དེ་གཉིས་ནི་བདེ་འཇགས་མི་སྣ་རེད། ཁོ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲེ་བྱིད་དེ་ཅ་ལག་ཐམས་ཅད་ལེན་གི་འདུག སྐབས་དེར་ང་ལངས་ཁོར་དུ་རེབ་གོང་ནས་ཡིན་པའི་མི་སྐྱེ་དེར་ངའི་ཅ་ལག་ལ་བདག་པོ་རྒྱག་རོགས་ཞེས་འོད་སྤྲོད་དང་དུས་དེ་བ་ཅན་གྱི་རས་ཁྱུག་དའི་ཕྱོགས་ལ་གསང་བའི་མིག་བརྒྱ་ཞིག་བཏང་བ་ཡིན། ཁོས་ཀྱང་ལམ་སང་ཏེ་གོ་སོང་བའི་རྣམ་འགྱུར་འདྲ་བསྟན་སོང་། ཡིན་ནའང་སྐད་ཆ་བཤད་ཁོམ་དང་མིག་གིས་བལྟ་ཁོམ་མེད་པར་བྱིད་སོང་། སུ་མོ་

སྒྲུལ་མ་འཆོ་ཡང་དེ་མེས་ལ་ཁོ་ཆོས་ཁྲིད་ཡོང་གིན་འདུག དཔལ་ཁོ་ཆོར་བྱ་མོ་དེ་
 ད་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པས་འདྲིན་བཟུང་བྱས་ནས་ཅི་བྱེད་ཅེས་བཤད་ནའང་ཁ་ཡ་
 བྱེད་གི་མི་འདུག མེ་འཁོར་ནང་གི་མགྲོན་པོ་དག་གིས་འདི་ཅི་རེད་དེ་སྲུ་རེད་ཅེས་
 བཤད་ནའང་། ཁོ་ཆོས་ཅང་མ་རེད། རྒྱ་མ་བཟུང་བ་རེད་ཅེས་ནག་ཉེས་ཤིག་ང་
 ལ་བཀལ་པས། དེ་མེས་ཀྱིས་བཟོད་ཐུབ་མེད་པ་ཞིག་རེད། སྒྲུལ་མ་འཆོ་དང་
 རེད་གཉིས་སོ་སོ་ནས་ཅ་ལག་ཆ་ཆང་དང་བཅས་པ་མེ་འཁོར་ཕྱི་རོལ་དུ་དེད་བྱང་
 བས། རྒྱངས་འཁོར་རྒྱུ་དུ་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་བཞག་སྟེ་ཕྱིར་འཁོར་བྱང་།

ཡུད་ཅམ་ནས་མགོ་ནས་མར་ཁྲག་མ་ནག་པོ་ཞིག་བསྐྱོན་ཏེ་གར་བྱིར་
 ཏམ་གོ། རྒྱུག་བརྟན་ནང་དུ་འདི་འདྲ་ཞིག་མཐོང་བ་མ་གཏོགས་དངོས་སྲུ་དེ་འདྲ་
 བྱང་མ་ཐོང་བས། ཇི་ལམ་ཞི་ཡིན་བསམ་བྱང་། རྒྱལ་པོ་དེར་དེ་བསམ་པར་ད་
 བྱི་གནས་རྒྱལ་ཆ་ཆང་ཞིག་གཞན་གྱིས་ཅིས་སྟོན་བྱས་ཆར་བ་རེད། ཡིན་ནའང་
 རྒྱུ་བས་མགོན་རིན་པོ་ཆེ་འདི་སྐྱོད་ན་དང་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པས། ང་
 རང་གསོན་བསྐྱེད་པས་བྱས་ནའང་གཏམ་སོ་སོ་ཅམ་ཡང་བཤད་རྒྱ་མིན་ཞེས་དགོན་
 མཆོག་དཔང་དུ་བཞག་སྟེ་མེས་ཀྱིས་མནའ་ཞིག་བསྐྱུལ་བ་ཡིན། ང་རང་གཉིས་
 འདུག་སའི་རྒྱངས་འཁོར་སོ་སོ་རེད། རྒྱུ་ཆོད་ལཱ་ལྷན་ལ་བྱིར་སོང་བ་འདྲ། མཐར་
 མི་གཉིས་ཀྱིས་གཡས་གཡོན་ནས་བཟུང་ཏེ་ལྷགས་སྒྲོ་རིམ་པ་ལཱ་འདི་ནང་དུ་བྲིད་
 སོང་། མི་རྒྱུད་འདྲ་གཤམ་པ་ནི་ལྷ་སའི་རྒྱུད་རྒྱུང་རྒྱུང་རེད། དེ་བསམ་པར་བྱིར་
 ལྷ་སར་བྱིར་ཡོང་བ་འདྲ་བསམ་བྱང་། ཁང་ཆེན་ཞིག་གི་ནང་ནས་མགོ་འཁོར་རས་ནག་
 བྱིས་པས། དམག་འགའ་རེས་མཐའ་ནས་བསྐྱོར་ཏེ་འདུག ང་ཁྲིད་ཡོང་མཁན་དེ་ཆོ་
 ཐམས་ཅད་སྟེ་བདེ་མི་སྟེ་རྒྱུ་རྒྱུང་རེད། རྒྱུ་ཆས་ནི་སྟེ་བྱིར་བཏང་གི་མི་འདི་གོན་པ་
 རྒྱུ་འདུག ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྟེ་བདེ་མི་སྟེ་དཔང་རྟགས་རེ་བཏགས་འདུག བར་
 ལམ་རྒྱངས་འཁོར་ནང་དུ་ཁོ་ཆོས་པན་རྒྱུ་ལ། ད་ནངས་འགྲོ་ཅིས་བྱེད་རྒྱལ་པོ་དེ་

དུང་སྒྲིབས་མ་བྱུང་། ཁོ་རང་གིས་ཏཱ་གོ་བ་འདྲ་བསམ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་སྐར་མ་
གཉིས་ཀྱི་སྡོན་དུ་སྒྲིབས་བྱུང་། སྒྲིལ་མཁན་ཆང་མ་ཕྱིར་བུད་སོང་། མེ་འཁོར་ནང་
དུ་ནམ་འགྱུར་ག་འདྲ་འདུག་ཅེས་ང་རང་འདྲིན་མཁན་གྱི་གསར་བུ་དེ་ལ་ཁོ་ཆོའི་
འགོ་བ་ཡིན་པ་ཞིག་གིས་དྲིས་ཆེ་ད་རྒྱུས་ནས་བཤད་ཡོང་བེད་ཏེ། ལན་བཏབ་མ་
སོང་། ཁོ་ཆོས་སྡེ་མོ་ནས་ངའི་རྒྱུ་དེད་ཡོད་པ་འདྲ་བསམ་བྱུང་། སྒྱི་བདེ་མི་སྣ་
འགའ་ཡོད་ནས་ལུ་བ་བརྗེ་རོགས་བེད་བཞིན། འགྲིག་གི་ཀ་སྒྲིར་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་
ནང་དུ་རྒྱ་ལུ་སྡོན་པོ་བཅོན་མའི་ལུ་བ་ཆ་ཆང་ཞིག་དང་འདྲུད་ལྷན་ནག་པོ་བཅས་
ཁྱེར་ཡོང་སྟེ་སྤྲད་སོང་། ངས་ཁོ་ཆོར་ང་ལ་གནས་ཚུལ་འདྲ་མེད་པས་རྒྱ་མཚན་ཅིའི་
ཕྱིར་འདི་ཀློན་དགོས་པ་རེད་ཅེས་བཤད་པས། འགོ་གཙོ་ཡིན་བེད་བའི་ཆན་པོ་
ཞིག་གིས། ད་རྒྱུས་ནས་ཏཱ་གོ་ཡོད་གི་རེད། ལུ་བ་སྤྲད་ཅེས་སྐད་ལོག་འགའ་བརྒྱབ་
བྱུང་། ཡིན་ནའང་སྤང་དོགས་ཅིམ་མེད་ཁྱུལ་གྱིས་ཁ་ཡ་མ་བྱས། སྐབས་དེར་མི་
ཆན་ཞིག་གིས་འགྲམ་ལྷག་ཆ་ཐག་ཆོད་པ་འགའ་དང་དོག་རྒྱུས་འགའ་བརྒྱབ་བྱུང་།
ཁྱེར་ཁྱེས་བྱས་ནས་བསྐད་པས། ཆན་པོ་དེ་ན་རེ། ཡ་ད་ཆོག་གི་གནས་ཚུལ་ངོས་
ལེན་ཡག་པོ་བྱས་ན་གཟན་ཤམ་མ་སྤྲད་ཀྱང་ཆོག་བེད།

དེ་ནས་ཁྱིམ་སར་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཁྱིད། གོང་ནས་རིམ་བཞིན་རྒྱབ་
སྟེགས་རྒྱབ་ཡོལ་མཐོན་པོ་ཅན་དུ་མ་བསྒྲིགས་འདུག ནང་གི་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་འོག་
ཏུ་མཐིལ་གིང་བཏང་འདུག དཀྱིལ་དུ་རྒྱབ་སྟེགས་གཅིག་འདུག དེའི་སྟེང་དུ་ང་
རང་སྡོད་དུ་བརྒྱུག་སྟེ་རྒྱང་ལག་ཐམས་ཅད་དམ་པོར་བཅིངས་སོང་། ཁོ་ཆོ་མཐོ་
རིམ་ལྟར་བསྐད་དེ་གནས་ཚུལ་འདྲི་འགོ་བཙུགས། ཐོག་མར་ཁོ་ཆོའི་འགོ་གཙོ་
ཡིན་པ་འདྲ་བ་ཞིག་གིས། ས་ཡུལ་གང་ནས་ཡིན་ཞེས་དྲིས་བྱུང་། ངའི་སེམས་
ལ་ས་ཡུལ་དང་དངོས་མིང་གསང་མི་རྒྱུགས་བསམ་ནས་དྲང་མོར་བཤད་པ་ཡིན།
དོན་དངོས་སུ་ས་ཡུལ་དང་དངོས་མིང་སོགས་སྡེ་མོ་ནས་ཁོ་ཆོས་བྲིས་ཆར་འདུག་

བསམ་བློང་།

འདྲི་གཅོད་པས། བྱིད་འདིར་བྱིད་ཡོང་དོན་ཅི་རེད་ཟེར།

ངས། ཏུ་གོ་མ་སོང་།

འདྲི་གཅོད་པས། བྱིད་ཀྱིས་བྱིད་རང་ཚུང་དུས་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་
བསྐྱབས་པ་ཐམས་ཅད་ཤོད་ཟེར།

ངས། ངས་དྲན་གི་མི་འདུག་ཚུང་དུས་སྐྱུགས་ཇི་ཡིན།

འདྲི་གཅོད་མཁན། ཟུ་གར་ལ་ཞེ་སོང་།

ངས། མ་སོང་།

འདྲི་གཅོད་པས། འབྲས་སྤངས་དགོན་པར་གནས་ཚུལ་སྐྱུག་དུས་ཁྱོད་གཙོ་བོ་རེད།
ང་ཆོས་དེ་ཆ་ཆང་བརྟན་རིས་དང་པར་སྒངས་ཡོད། གསལ་བོ་ཡིན། དེ་འདྲའི་ལས་
འགན་སུ་ཞིག་གིས་བྱིད་རང་ལ་སྤྲད་པ་རེད་ཟེར།

ངས། མིན་ང་རང་དེའི་གཙོ་བོ་མིན།

འདྲི་གཅོད་པས། འོ་ན་གཙོ་བོ་སུ་རེད།

ངས། ཏུ་གོ་མ་སོང་།

དེ་ལྟར་ཡར་མར་བཙོ་བརྒྱད་བཤད་ན་ཡང་ཆོག་ཉུང་ཅ་ཞིག་བཤད་ནས་
བསྐྱད་པ་ཡིན། ཡང་བསྐྱར་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བསྐྱབས་པ་ཤོད་ཟེར་ནས། མཆན་མོ་ཚུ་
ཆོད་བརྒྱ་གཉིས་བར་དུ་ང་རང་གིས་ཆོག་གཅིག་ཀྱང་མ་བཤད་པས་གཅར་རུང་
རབས་དང་རིམ་པ་བྱས། ཚུ་ཆོད་གཅིག་རེའི་རྗེས་ནས་འདྲི་གཅོད་མཁན་རེ་བཞེ་
གི་འདུག། ཕྱི་ཉིན་ཞོགས་པའི་ཚུ་ཆོད་དགུ་ཙམ་ནས། ལྷ་བ་བཞེ་དགོས་ཟེར་ནས་
བཙན་དབང་གིས་ང་རང་གི་གཟན་ཤམ་སྤྲད་དེ་རྒྱ་ལྷ་སྟོན་པོ་བཙོན་མའི་ལྷ་བ་
དངོས་མ་དེ་ཁྱོད་དུ་བརྟུག་སོང་། ལྷ་བས་དེར་ང་རང་གི་བསམ་པར་ང་རང་རབ་དུ་
བྱུང་ནས་ལོ་བརྒྱ་བདུན་སོང་བེན། དེའི་བར་དུ་གཟན་ཤམ་དང་གཏན་ནས་ཁ་བྲལ་

མ་ཁྱོད་བས་ད་ནི་བཟོད་མི་ཐུབ་པའི་ན་རྒྱག་དང་པངས་འགྱོད་སྒྲིལ་བྱུང་། ཡིན་
ན་འང་དེའི་དབང་གིས་སེམས་ནས་ད་ནི་ཤི་སོང་རུང་ཁོ་ཚོར་ངོས་ལེན་གཏན་ནས་
བྱེད་རྒྱ་མིན་སྒྲུལ་པའི་ཡང་བསྐྱར་མནའ་ཞིག་བསྐྱུལ་ནས་དམ་བཅའ་ཞིག་བཞག་
པ་ཡིན།

འདྲི་གཅོད་པས། བྱ་ཆས་ཐུད་དགོས། འདི་ལྟ་ཁང་མ་རེད། བཅོམ་ཁང་རེད་ཏུ་གོ་
སོང་ངམ་ཟེར།

ངས། ཏུ་གོ་ཡོད། ང་རང་འདྲིར་སྡོད་དགོས་པ་སོ་སོའི་ལས་རེད། ལེ་བདའ་བྱེད་ས་
མེད་ལ་བྱེད་གི་ཡང་མེད།

འདྲི་གཅོད་པས། སོ་སོས་ལོ་དུ་མར་དེ་འདྲའི་བྱ་བ་བསྐྱབས་ན་དེའི་འབྲས་བྱ་ལོ་ངོ་
དུ་མར་ཁྱོད་དགོས་པ་རེད།

ངས། སྒྲོལ་མ་འཆོ་ད་ལྟ་གང་དུ་ཡོད།

འདྲི་གཅོད་པས། དེ་ཁྱོད་ལ་བབས་མེད། མོ་རང་ལ་ཡང་གནས་ཚུལ་ཡོད་པས་ཞིབ་
བཤེར་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ཟེར།

ངས། མོ་རང་ལ་གནས་ཚུལ་མེད། གལ་སྲིད་གནས་ཚུལ་འདྲ་ཡོད་ན་ངས་ཁྱུང་ཆོག་
འདྲི་གཅོད་པས། ཁྱེད་ཀྱིས་ཁག་ཐེག་ཡི་གེ་དང་མཛུབ་ཐེལ་རྒྱག་ཐུབ་བམ།

ངས། ཐུག། མོ་རང་ངའི་ཆེད་དུ་བབྱང་བ་རེད། དེ་ང་རང་གིས་ཁྱུང་དགོས་པ་རེད།
འདྲི་གཅོད་པས། འགྲིག་གི་ཡི་གེ་བྲིས་ཟེར།

སྒྲོལ་མ་འཆོར་གནས་ཚུལ་མེད་ཚུལ་གསལ་བོར་བྲིས་ཏེ་མཛུབ་ཐེལ་
བརྒྱབ་པ་ཡིན། ཕྱི་ཉིན་ནས་སྒྲོལ་མ་འཆོ་སྒྲོད་གོལ་བཏང་སོང་། ང་རང་ལ་རྒྱན་པར་
མནར་གཅོད་དང་འདྲི་གཅོད་ཆ་ནན་བཏང་སོང་། སྐབས་རེར་ངའི་བསམ་པར་ད་
ལྟ་ང་རང་ལ་མནར་གཅོད་དང་བཀའ་འདྲི་ཆ་ནན་གཏོང་མཁན་ཐམས་ཅད་བོད་
རིགས་ཤུགས་ལོན་པས། རེ་བ་ཆེན་པོ་མེད་པར་བསམ་དུས། སེམས་ཀྱི་སྒྲོབས་པ་

ཡང་ཤུགས་ཚུང་རྩར་ཤུར་འགོ་བཞིན་འདུག དེ་དུས་རྒྱབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་
མཛད་འཕྲིན་རྒྱས་བཞིན་པ་དང་འཛམ་གླིང་གི་འཕྱར་བ་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་ན་
སེམས་ཤུགས་དང་སྟོབས་པ་རེ་སྐྱེས་ཡོང་གི་འདུག འདི་འདྲ་བྱིན་ཆད་མི་སུ་ཡིན་
ཡང་ཉམས་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད། ནང་བདེན་དང་གནས་ལུགས་ཁོ་ཆོས་ཁས་མ་
སྲངས་ནའང་། ང་ཆོའི་རྒྱབ་དཔུང་ན་དེ་དག་ཁས་ལེན་མཁན་གྱི་འཛམ་བུ་གླིང་བ་
ཀྱན་ཡོད་སྟམ་པའི་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་པའི་ངར་དེ་ཡང་ཡང་བསྐྱེད་དགོས་གི་འདུག
བར་གསེང་དེར་ང་རང་གི་ན་ཆ་སྟུག་ཏུ་སོང་བ་དང་ཟེ་མའི་དཀའ་ཁག བྲིམས་
གཙོད་ཆད་མེད་བཅས་ཀྱི་དབང་གིས་ལུས་པོའི་བྱངས་བྱད་དེ་འཆི་ལ་ཉེ་བ་ལྟ་བུ་
བྱུང་།

ཉིན་མོ་རེ་རེ་བཞིན་འདི་གཙོད་ནན་མོ་བྱས། རྒྱབས་ཤིག་བྱེད་རང་ལྟ་
སར་ཡོང་ནས་བྱ་བ་ག་འདྲ་བསྐྱབས་ཡོད་པ་གསལ་བོར་ཤོད་ཟེར། ང་དཔེ་ཁྲིད་
དང་ཆོས་གྲར་འགོ་བ་ལས་གཞན་མེད་ཅེས་ལན་བཏབ། དེ་ལྟར་ཉིན་མཚན་བཅུ་
གཉིས་ཀྱི་རིང་ང་རང་ག་ཉིད་མ་བཅུག་བར་འདི་གཙོད་བྱས་མཐར། རྒྱབས་ཤིག་
ང་རང་དབུགས་ཆད་དེ་སྤང་བ་བྱེད་པོ་འདྲ་བྱུང་སོང་། ཅི་ཡིན་འདི་ཡིན་མཐེས་
པར་གཉིད་སད་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་དུས་སྟོན་པ་ཁ་ཤས་ནས་སྟོན་བཅོས་འདྲ་བྱེད་བཞིན་
འདུག བསམ་པར་ད་དུང་སྟོན་ཁང་དུ་བསྐྱེད་ཡོད་བསམ་བྱུང་། ཡང་བསྐྱར་ཞིབ་ཏུ་
བསམ་དུས་བཅོན་ཁང་དུ་ཡོད་པ་དེ་ནས་ཤུགས་ཤིག་བརྒྱབ་སྟེ་ང་བཅོན་མ་ཡིན་
པས་བྱེད་ཆོས་སྟོན་བཅོས་བྱེད་མི་དགོས། ཟེར་བཞིན་འགོ་ཅིས་བྱེད་རྒྱབས། དམག་
མི་ཁ་ཤས་ཡོང་སྟེ། ཡང་བསྐྱར་བྲིམས་རར་ཁྲིད་ནས་འདི་གཙོད་བྱས། དེ་ནས་བཟུང་
ཤེས་པ་གནད་ལ་འབབ་གི་མི་འདུག

ཉིན་ཞིག་ཁོ་ཆོས་བྱེད་རང་བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ཆོགས་པར་འབྲེལ་བ་ཡོད་
པ་དང་ཆོགས་མི་རེད། ཆོགས་པའི་འཆར་གཞི་དང་སྒྲིག་གཞི་གསལ་བོར་ཤོད་ཟེར།

འབྲེལ་བ་མེད་ཅེས་ལན་བརྒྱབ་པ་ཡིན། འགོ་གཙོ་དེས་ཁྱིད་རང་(བོད་ཀྱི་)མ་བརྒྱབ་
 བར་མི་གསོད་མཁན་གྱི་ལག་དམར་རེད། ཁྱིད་རང་གྲུང་ཁྲན་ཏང་ལ་དེ་འདྲ་མི་
 དགའ་བའི་རྣམ་འགྱུར་འདུག་པས། གྲུང་ཁྲན་ཏང་གིས་ཁྱིད་ཀྱི་མ་མ་དང་ནང་མི་
 ཐམས་ཅད་བསད་སོང་བ་རེད་དམ། ཞེས་སྐད་ལོག་བརྒྱབ་བྱུང་། ང་རང་གི་བསམ་
 བར་མ་མ་ནང་མི་རྒྱུད་པ་དང་བཅས་པ་རྩ་བ་ནས་ཆར་བཅད་ཟིན་པས། བ་ཟུག་
 འདི་སྐུས་བཟོད་བསམ་བྱུང་། ཡིན་ནའང་ངག་ལས་བཤད་ག་ལ་མོད།

ང་རང་གི་ཅིས་འཁོར་ནང་དུ་སློག་གཤེར་ཡང་ཡང་བྱས་ཀྱང་པར་སྒོད་
 འགའ་རེ་ཡོད་པ་གསང་གྲངས་བརྒྱབ་ཡོད་པས། གསང་གྲངས་ཤོད་ཟེར། ཡིན་ནའང་
 དེའི་སློན་ང་རང་ལམ་ལ་ཆས་སྐབས་རིན་པོ་ཆེའི་འདྲ་པར་དག་བརྟན་ཐེར་སྟེང་
 སའ་ལེན་བྱས་ནས་ཟུར་དུ་བཞག་ཡོད་པས། སློན་འཇུགས་དང་བདེན་དཔང་འདྲ་
 ཁོ་ཆོས་མ་རྟེན་ཐུག་པ། ང་རང་གི་འབྲེལ་སྒྲངས་ཁ་ཕྱེས་ནས་ནང་གི་རྟེན་རྒྱས་ཆ་ཆར་
 ཕྱིར་སྒྲངས་ཏེ་རེ་རེ་བཞིན་སློག་གཤེར་བྱས་སོང་། རྒྱུ་བས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་མ་
 རི་རིལ་བྱ་སོགས་ཁ་བྱང་གསལ་བོ་བྲིས་ཡོད་པ་དག་སྒྲངས་ནས་འདི་ཅི་རེད་ཟེར།
 རྒྱུ་བས་མགོན་རིན་པོ་ཆེའི་བྱིན་ལྔ་བས་རིལ་བྱ་རེད་ཅེས་བཤད་པས། འགོ་གཙོ་
 དེའི་སྒྲ་ཁྲངས་ལས་.....དུན་.....ཞེས་འཁྲན་སྒྲ་དང་བཅས་.....རྒྱུ་བས་མགོན་རིན་པོ་
 ཆེ་.....ཟེར་ནས་ཡུད་ཅེས་ལ་སྐད་ཆ་ཡང་མི་བཤད་པར་བསྐད་འདུག དེ་ནས་འགོ་
 གཙོ་དེས། གྲུང་དབྱང་ནས་ང་ཆོ་ལྷ་ས་དང་བོད་ཀྱི་ས་གནས་ཀྱན་ལ་འཇུགས་སྒྱུན་
 དེ་འདྲ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་ནའང་། ད་དུང་ཁྱིད་ཆོས་གྲུང་ཁྲན་ཏང་ལ་ངོ་ཚྏ་ལ་དང་
 རོ་ལོག་བྱས། ཁྱིད་ཆོ་ངོ་ཆ་རྒྱ་མི་འདུག་གམ་ཞེས་ཟེར་ནས་ན་བར་སྐྱོན་སྒྲ་སྟེང་
 བྱེད་རྒྱུང་རྒྱུང་མ་གཏོགས་བཤད་རྒྱ་གཞན་མི་འདུག

མདོར་བསྡུས་ན། ཁོ་ཆོས་ང་ལ་བཀལ་བའི་ནག་ཉེས་ནི། འདྲུང་དེབ་
 «བཅན་པོའི་ཞབས་རྒྱུ» གྱི་འགོ་བརྒྱུད་དང་ཁ་བྱང་། འདྲུང་དེབ་«བཞོལ་མེད་

ཀྱི་ལམ་བྱ། འགའ་པོ་《ཁྱེད་དང་འདྲེས་པའི་མིག་ཚུ་རྩོན་མོ།》 ལྟ་ལའི་སྒྲ་མའི་
སྒྲོར་གྱི་འོད་སྟེང་དང་《དུས་དེབ།》《ཆོག་པ་པར་》འབྲེམས་སྒྲེལ་བྱས་པ།

༥ འབྲས་སྤྱངས་དགོན་པར་གནས་ཚུལ་ལྷག་སྐབས་ཆོག་པ་གཙོ་རེད་ཟེར་བ་བཅས་
རེད།

ནག་ཉེས་སྣ་ཆོག་པ་ཡོད་རབས་བཤད་དེ་རྒྱ་བ་གཉིས་ལ་བཀག་ཉར་
བྱས་པ་དང་། དེའི་རྒྱུ་ལྟ་ལྟའི་རིང་ལྟ་རྟོག་ནན་མོ་བྱེད་དགོས་ཟེར། སྐབས་
དེར་ཚུ་ཡིག་《ཁྱེད་དང་འདྲེས་པའི་མིག་ཚུ་རྩོན་མོ།》དང་། 《བཅན་པོའི་ཞབས་
རྒྱུ་》《 བཤོལ་མེད་ཀྱི་ལམ་བྱ།》གསུམ་དངོས་སྟེ་ཁོ་ཆོའི་ལག་ཏུ་འདུག དེ་མ་ཡིན་
པའི་ཉེས་འགེལ་དག་ལ་བདེན་དཔང་གསལ་བོ་མི་འདུག ད་དུང་བྱེད་ཀྱི་ཅ་ལག་
ཅིག་མེ་འཁོར་ནང་དུ་མི་སྟེ་ཞིག་གི་ལག་ཏུ་བཞག་ཡོད་ཟེར་ནས་ནན་འདི་བྱེད་གི་
འདུག རྒྱ་མཚན་ནི་ང་རང་མེ་འཁོར་ནང་དུ་ཡར་འབྱུང་སྐབས་ང་རང་གི་ཅ་ལག་
དང་བཅས་པ་བརྟན་དང་འདྲ་པར་མང་པོ་བརྒྱབ་འདུག དེའི་སྟོན་དུ་ཆོས་གོགས་
ཐོས་བསམ་དང་རེད་གཉིས་སྟན་ཁང་དུ་སྟོན་སྐབས་ཁོ་ཆོས་སྒྲིག་ཏུ་འདྲ་པར་དང་
བརྟན་མང་པོ་སྒྲངས་པ་དག་ང་ལ་བསྟན་སོང་། སལ་ཆེར་ལོ་གཅིག་དང་རྒྱ་བ་དུག་
ལ་ངའི་རྒྱུ་གསང་ཉལ་བྱས་ཡོད་པ་འདྲ། ཁོ་ཆོས་འདི་གཙོ་སྣ་ཆོག་པ་དེས་
བྱང་། ཐེ་མན་གྱི་སྲིད་འཛིན་ཁྲན་ཅི་བེན་ལ་འབྲེལ་བ་ཡོད་མེད། འབྲས་སྤྱངས་
སྟེ་༡༠༠༠ལོར་ཞི་བའི་ཡར་ལངས་སྐབས་ཆོག་པ་གཙོ་སྟེ་ཡིན་པ་ནན་མོར་དེས་བྱང་
ནའང་སྟེ་ལའང་མཚུབ་མོ་སྟོན་ས་མེད་ཅེས་ལན་བཏབ་པས། གཙུག་རྒྱུ་ཆོད་མེད་
བཏང་སོང་།

ངའི་སེམས་ལ་ད་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསྐྱབས་པའི་བྱ་བའི་མཚུག་འབྲས་
རང་ཉིད་ནས་འཁྱར་དགོས་པས་གཞན་སྟེ་ཞིག་ལ་ཁག་སྒྲར་དང་ཉེས་འགེལ་
གཏན་ནས་བྱེད་རྒྱ་མིན་སྟུང་པའི་སེམས་ནས་དམ་བཅའ་བཞག་པ་ཡིན། སྐབས་དེ་

དག་ལ་མཆམས་ནིར་རྒྱལ་ས་མགོན་རིན་པོ་ཆའི་མཛད་འཕྲིན་འཛམ་གྱི་གླིང་ལ་
 ལྷོ་བཞུགས་པ་དེ་དག་ཤར་སྒྲོམ་རེ་མ་བྱས་ཆོ། སེམས་ཀྱི་དམ་བཅའ་དེ་ཡང་བརྟན་
 བོ་འཁྱོངས་དཀའ་སེ་རེ་འདུག དེ་ལྟར་ཉིན་མཆན་བཅུ་གཉིས་ལ་མནར་གཅོད་
 བྱང་། རྒྱལ་ས་དེར་ལུས་པོ་ཡོངས་ལ་ཆ་བརྒྱབ་ནས་མིག་འཕྲུལ་སྒྲ་ཆོགས་བྱང་།
 མིག་ལམ་དུ་དཀར་པོ་དམར་པོ་སོགས་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་ཡང་ཤར་གྱིན་འདུག ལྷང་
 བ་ཞིག་ལ་ང་རང་ས་ཆ་ཆ་རྒྱས་མེད་ས་ཞིག་ལ་ཐོན་སོང་བ་འདྲ་བའི་སྤང་བ་ཡང་
 ཤར་སོང་། མི་ཞིག་གིས་རྒྱུ་ལོག་འགའ་བརྒྱབ་པས་དེ་གསལ་དུ་ཡོང་། ཡིན་པ་ནི་
 རྒྱལ་ས་དེར་བྱ་མེད་དུ་བརྒྱལ་སོང་བ་རེད།

ཉིན་ཞིག་འགོ་གཙོ་དེས་ད་ཁྱེད་རང་གིས་ཡག་པོ་ལ་བ་གི་མི་འདུག་པས་
 རྒྱ་བ་གཉིས་ཀྱི་རིང་བཀག་ཉར་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཡག་པོར་ངོས་ལེན་བྱས་ན་
 དེ་རིང་ནས་ཁྱོད་རང་པ་ལྟལ་ལ་སོང་ན་ཆོག་ཅེས་ཟེར། ངས་ཁོ་ལ་ངོས་ལེན་བྱེད་
 རྒྱ་མེད་ཁྱིམ་ས་ཐག་ག་རེ་བཅད་ན་བཅད་ཆོག་ཅེས་ལན་བྱུང་བ་པས། ཁོ་ཁོང་ཁྱོ་
 ལངས་ནས་ཁོ་བཙོན་ཁང་དུ་ཁྲིད་ཅིག་ཟེར་ནས། ལུན་ནག་གི་རྒྱ་ཁང་གྲུ་བཞི་ནང་
 དུ་གསང་སྒྱུད་དང་ཉལ་ས་ལྟན་ཏུ་ཡོད་པ། གདན་དང་མལ་གོས་གཅིག་ཀྱང་མེད་
 པ། བང་དུ་རི་མ་ངན་པ་སྒོ་བ། སྒྲིའི་གོང་ལོག་ཏུ་ལྷ་ཁྱེད་ཆུང་དུ་གཉིས་འདུག དེ་
 མིག་གིས་བལྟ་ས་དང་ཁ་ཟས་སྒྲོད་ས་རེད། བང་དུ་ལྷན་ཅམ་བསྐྱད་པས་མལ་གོས་
 རི་མ་ངན་པ་ཅན་ཞིག་སྤྲད་སོང་། དེ་ནས་བཟུང་ཞོགས་པར་འབྲས་ཐང་སོར་བ་
 གང་། ཉིན་གྱང་ཆེ་ཆུང་བྱ་སྒྲོང་ཅམ་ལས་མེད་པའི་གོ་རེ་གཉིས། དགྲུང་ཁར་ཆོད་
 དཀར་མ་གཏོགས་མེད་པའི་ཆུ་ཐང་སོར་བ་གང་བཅས་ཀྱིས་ཉིན་མཆན་གྱི་འཆོ་བ་
 རྒྱུལ་བཞུགས་བསྐྱད།

སྤྱིར་ན་བཙོན་ཁང་དེ་གསང་བའི་ཆ་བ་ཁྲིད་བཙོན་མ་འདུག་ས་ཞིག་
 རེད། དེ་ད་ལྟ་ཡང་གང་དུ་ཡོད་པ་གསལ་བོ་མི་ཤེས་ རྒྱ་ཁང་རེ་རེར་མི་གཅིག་རེ་

མ་གཏོགས་མེད་པ་འདྲ། ང་རང་ནད་ཀྱི་དབང་གིས་ཉིན་གང་ལ་གོ་རེ་གཅིག་མ་
 གཏོགས་ཟ་མ་ནུས་བར་གཅིག་མལ་ཐུལ་གྱི་སྤེལ་ཏུ་བཅུག་ཏེ་བཞག། ཉིན་གཉིས་རེ་
 བས་དམག་མིས་སྟོག་གཤེར་བྱེད་གི་འདུག། ཉིན་ཞིག་གོ་རེ་དེ་དམག་མིས་མཐོང་
 བས། འདི་ཅི་རེད་ཟ་མ་ཟ་ན་མི་འདོད་པ་ཞི་རེད་ཟེར། སོ་བཙན་ནས་ཟ་མི་འདོད་
 ཅེས་ལན་བཏབ། འོ་ན་ཅི་ཟ་འདོད་ཡོད་ཟེར། ཅང་ཟ་ན་མི་འདོད་ཅེས་བཤད།
 འོ་ན་མི་འདོད་དམ། ཤི་འདོད་ན་འང་ང་ཆོས་ཁྱོད་ལས་སྒྲ་བོ་བྱས་ནས་འཆི་རུ་མི་
 འདུག་ཟེར་བཞིན་ངའི་གདོང་ལ་ཁྱ་ཚུར་གྱིས་གཅིག་བརྒྱབ་པས། མིག་ནང་དུ་
 དཀར་པོ་དམར་པོ་ཤར་ནས་སྒྲ་ཐག་བཅུར་བྱང་། དེ་ནས་ཁོའི་ལས་རོགས་པ་ཞིག་
 གིས་བར་བཀག་ནས་ཁོ་བྲིད་སོང་། དེ་ནས་ཉིན་འགར་གོ་རེ་གཅིག་ཀྱང་མཐོང་རྒྱ་
 མི་འདུག། སེམས་ལ་ང་འདིར་ཤི་སོང་ན་མི་དོན་དང་རོ་དོན་ཅི་ཡང་ཡོད་རྒྱ་མ་རེད་
 བསམ་བྱུང་། གང་ལྟར་ངའི་ཆེ་སྟོག་འདི་བོད་དོན་དང་སྐྱབས་མགོན་རིན་པོ་
 ཆེའི་ཞབས་བརྟན་གྱི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྟོན་ལམ་རེ་བཏབ་པ་ཡིན། ཡིན་ན་འང་
 སེམས་ཀྱི་བྱར་ཞིག་ན་ང་འདིར་ཤི་ན་བཅོན་སྲུང་བ་མ་གཏོགས་སྲུང་གྱང་ཤེས་རྒྱ་
 མ་རེད་བསམ་ནས་སེམས་གཏན་ནས་བདེ་བོ་མ་བྱུང་། ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་མཆིན་
 བད་དང་སོ་བཙན་བའི་རྒྱུ་གྱིས་ཤི་རྒྱར་རང་ཉིད་ནས་ཐག་བཅད་པ་ཡིན།

རྒྱ་ཁང་དེའི་ནང་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་བྲག་ཅ་ཅམ་མ་གཏོགས་ཅི་ཡང་གྲགས་
 འགྲལ་མེད། མཆམས་རེར་བཅོན་སྲུང་དེའི་རོ་གདོང་མི་མཐོང་ལ་སྐད་ཀྱིས་ཆེན་
 པོ་དེས་ངའི་སེམས་ཁམས་ཐེངས་མང་དཀྱག་གི་འདུག། རྒྱ་མཆོན་ངས་རྒྱར་མཛད་
 མ་དང་སྟོལ་མ་སོགས་ངག་འདོན་བྱས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་རེད། བཅོན་སྲུང་དེས་ང་ལ།
 འདི་བཅོན་ཁང་རེད། ལྷ་ཁང་མ་རེད་ཏུ་གོ་སོང་ངམ་ཟེར། ངས་ཁོ་ལ་ཆོས་མ་བརྟན་
 བ་སུན་སྒྲུང་སྟེ་གི་ཞེས་བཤད་མ་ཐག། འགྲམ་ལྷག་ཆ་ལམ་མེར་ཞིག་གཞུས་སོང་།
 ཡིན་ན་འང་ཕྱིར་ངོ་ཡ་བྱེད་མ་ཐུབ། ལོན་རྒྱུན་བསྐྱངས་ནས་བརྟན་པས། ཁོ་སོང་

ནས་འགོ་བྱིད་བྱིད་ཡོང་ནས་ཡང་བསྐྱར་གཙུག་རྩུང་བྱེད་ཅིས་བྱས། ཡིན་ནའང་
འགོ་བྱིད་དེས་ཁོ་བཀག་སོང་།

ཉིན་ཞིག་ང་རང་ཁྱིམ་རའི་ནང་དུ་བྱིད་ནས་འདྲི་གཙོད་བྱས། སྐབས་
དེར་ཁྱིམ་ཞིབ་པ་ཞིག་གིས། ང་ལ་བྱེད་ཀྱིས་ད་ཐེངས་བྱེད་ལ་གནས་ཚུལ་བྱང་བ་
འདི་རྗེས་སུ་ཕྱིར་སྤྱི་ཆོག་སྤྲོད་སོང་ན། བྱེད་ཀྱིས་《ཐུག་དང་འདྲེས་པའི་མིག་ཆུ་
》འདིའི་ནང་བཞིན། གསལ་བོར་ཞིབ་འདྲི་བྱས་ནས་ཡི་གེར་བཀོད་འདོད་ཞེ་ཡོད་
ཟེར། ངས་ལན་ཅི་ཡང་མ་བཏབ་པས། ཁོས་ང་ལ་རྣམ་འགྲུར་ཡག་པོ་མི་འདུག ད་
དུང་ང་ཆོས་རྒྱལ་རིང་པོར་བྱེད་ལ་ཞིབ་བཤེར་བྱེད། འདི་ང་ཆོའི་བྱ་བ་ཡིན་ང་ཆོར་
དུས་ཆོད་རྒྱལ་རིང་པོ་ཡོད་ནི་རེད། བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་བཏང་ན་བཟང་ཟེར། ཀྱང་
སློག་དང་ལག་སློག་མ་སྤངས་པར་ཕྱིར་སྤྲོད་གནས་སུ་བསྐྱལ་སོང་། ལན་རེར་
རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆའི་མཛད་འཕྲིན་བསམ་བཞིན་གསལ་འདེབས་རེ་བྱས་ན་སེམས་
ཁམས་ཏུ་ཅང་སྐྱེད་པོ་འདྲ་རེད། མི་རིགས་ཤིག་གི་ཆེད་དུ་རྡོ་ཁང་འདིར་སྤོང་
དགོས་པ་རང་ཆོད་ཀྱི་གཟི་བརླིང་ཅིག་རེད་སྟེ་པ་ཡང་སྤྱི་གི་འདུག གང་ལྟར་
ལུག་ཁང་དོག་མོ་འདིའི་ནང་དུ་བྱ་རྒྱུ་རྒྱ་མང་ཞིག་ཤར་བྱང་།

ཉིན་ཞིག་ཡང་ཁྱིམ་རར་བྱིད་ནས་འདྲི་གཙོད་ཆ་འདྲི་བྱས་སོང་།
སྐབས་དེར་སློག་དབྱུག་དེ་ངའི་མིག་འབྲས་གཉིས་ལ་གཏད་ནས་ཐེངས་འགར་
བརྒྱབ་པས། བ་བྱུག་དེ་ངའི་དུས་རྒྱུ་ལ་ཐུག་རྒྱུ་བར་དུ་ཅག་ཤད་རྒྱག་གི་འདུག
སྐབས་དེར་ང་རང་བྱ་མེད་དུ་བརྒྱལ་སོང་། ཕྱིར་བྱ་བ་གསལ་དུས་པོ་རྟགས་
ནས་ཐུག་དང་ཆུ་མེར་འདྲ་བའི་གིན་འདུག བ་བྱུག་ལུས་པོ་ཡོངས་ལ་བྱུབ་ནས་
བཟོད་ཐབས་མེད་པས། གཏན་ནས་ཡར་ལངས་མི་ཐུབ་གི དཔག་མི་གཉིས་ཀྱིས་
དུད་དེ་ཕྱིར་སྤོང་ཁང་དུ་བསྐྱལ་སོང་། ད་དུང་རྩུང་རེག་གཏོང་མཁན་གྱི་མི་དེས་
ང་ལ། ཉི་མ་འདི་འདྲ་དུང་མ་ཐུད་ནས་བྱེད་ཀྱི་མགོ་ཐོག་ལ་ཤར་ཡོང་གི་རེད།

བསམ་སྒོ་ཡག་པོ་ཐོངས་ཟེར། ངས་ཁ་གྲགས་མི་སྤྱབ་པས་ལན་ཅི་ཡང་མ་བཏབ།
དམག་མི་གཅིག་གིས་ང་ལ་ཁྱེད་ལ་མིག་རྒྱ་བཞུར་རྒྱ་མེད་ནའང་ཁྲག་ནི་བཞུར་
རྒྱ་འདྲག་ཅེས་གད་མོ་འདྲ་དགོད་ཞོར་དུ་བྱད་སོང་། ཁོ་གཉིས་སོང་ཤུལ་ནས་བལྟ་
དུས་འདྲོམས་ཡོངས་ཁྲག་གིས་བཟིས་འདྲག་ལ་ཁྲིག་འབྲས་གཡོན་པ་ནི་ལྷག་པར་
སྤངས་འདྲག།

དེ་ནས་བརྒྱུད་ཁོ་ཚོས་མནར་གཅོད་བཏང་མ་སོང་། ཉིན་བརྒྱ་ལྷག་ལ་
ཁབ་དང་སྒྲན་བཅས་ཁོ་ཚོས་བྱས་པ་རེད། རྗེས་སུ་དྲགས་སོང་ནའང་ཁྲིག་འབྲས་
གཡོན་པ་ཁྲག་དང་རྒྱ་སེར་གྱི་ངོ་བོར་གྱུར་ཏེ་བཞུར་ནས་ཆར་སོང་། དེ་ནས་ད་
ལྟའི་བར་དུ་ཁོ་གསལ་གྱི་ནད་རོ་སྤྱི་མོ་ཞིག་གནམ་གཤིས་འགྱུར་ལྷོག་དང་བསྐྱབ་
ནས་ཡོང་གིན་འདྲག། སྐབས་དེར་ང་རང་གི་བསམ་པར་ཆབ་སྲིད་བཅོན་མ་མི་ཉུང་
བ་ཞིག་འདི་འདྲའི་མནར་གཅོད་འོག་འདས་གྲོངས་སུ་སོང་བའི་གསང་བ་མང་པོ་
ཞིག་ཡོད་རྒྱ་རེད་ཨང་། བཅའ་ཞིག་འདི་དག་གསལ་ཐག་ཆོད་པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་
ཤར་རྒྱ་བྱུང་ན་སྐམ་ནས་མ་ཁར་སོ་བཏབ་ནས་མི་འདྲག་ཐབས་མེད་རེད། སྤྱིར་ན་
ང་རང་གི་ལྷས་སྤང་བདེ་ཐང་ཡིན་ནའང་བཅོན་ཁང་དུ་བརྟུག་པ་ནས་བརྒྱུད་རྒྱ་
ལྷན་མིན་པའི་ནད་གཞི་ཞིག་གིས་བརྒྱུད་སོང་བ་རེད།

ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་ཆ་སྟོམས་བཅོན་མ་བཞི་ལྟ་རེ་ཁྲིད་ཡོང་གི་འདྲག་ ཡིན་
ནའང་སྤྱ་ལ་ཡང་ཕན་ཚུན་སྤྱག་འཕྲད་གཏན་ནས་བྱེད་མི་འདྲག། ཉིན་ཞིག་ང་རང་
སྟོད་སའི་ཁང་བ་བཞེ་སྟོར་བྱས། སྤར་གྱི་སྟོད་གནས་དང་ཆ་འདྲ་བ་ཞིག་གི་ནང་དུ་
བརྟུག་ བཅོན་སྤང་བོད་པ་དེས་ང་ལ། ཁྱེད་རང་བོད་རེད། ང་ཡང་བོད་ཡིན། ང་ཚོ་
ཆང་མ་ཟས་སྐབས་མགོན་རིན་པོ་ཆེར་དད་པ་ཡོད་ནི་རེད། དད་པ་ཟེར་བདེ་སེམས་
ནས་དགོས་པ་རེད། སེམས་ནས་ཡོད་ན་ཆོག་ནི་རེད། ད་ཁྱེད་ཀྱིས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་
གནས་ཚུལ་ག་རེ་ལས་ཡོད་ན་དྲང་མོར་བཤད་ན་འགྲིག་ནི་རེད་ཟེར། ང་རང་དེ་ལ་

ཁོང་སྒོ་ལངས་སོང་། ངས་ཁོ་ལ་འོ་རེད། དད་པ་སེམས་ནས་དགོས་པ་ངས་ཤེས་ཡོད།
ང་རང་གིས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་མི་ཤེས། ཡིན་ནའང་དད་པ་བྱེད་སྒྲུངས་དང་
སེམས་ནས་ཡོད་ན་ཆོག་མིན་ང་རང་གིས་ཉ་གོ་ཡོད། ཅེས་བཤད་མ་ཐག་ཁོས་ངའི་
སོ་བའི་སྟེང་དུ་རྟོག་བརྩིས་དབྱུགས་གཅོད་ལ་ཁད་ཅིག་གཞུག་ཏེ། སོང་ཟེར། ཡིན་
ནའང་ངས་ན་ཟུག་སྒྲོམ་ནས་སྟོད་པ་ལས་ཐབས་ཅི་ཡང་མེད་སོང་།

ཟླ་བ་གཅིག་སོང་བའི་ཉིན་ཞིག་ང་རང་ཕྱིར་ཁྲིམས་རར་ཁྲིད་དེ། དེ་རིང་
ནས་བྱེད་རང་སྟོད་གྲོ་ལ་གཏོང་རྒྱ་ཡིན། གཙོ་བོ་བྱེད་རང་ཕྱིར་སྒྱི་ཆོག་སྟེང་སོང་
སྟེ། ཁྲིམས་འདི་དག་བཅི་དགོས། འཛིན་ཡིག་འདྲ་མིན་སྟེ་ལ་མི་ཆོག འགུལ་སྟེར་
ཀྱི་ཆོག་སྟེང་འདྲ་དང་དེའི་སྟེང་གཏམ་བཤད་སྟེ་ལ་མི་ཆོག འདྲ་ཐེངས་བྱེད་རང་
ང་ཆོས་འདི་ན་བཟུང་བྱས་པ་འདི་མི་སྒྲུ་ལའང་བཤད་མི་ཆོག་ལ། བྱེད་རང་འདི་ན་
བཟུང་བྱས་པ་ཡང་མིན། བཀག་ཉར་ཅམ་བྱས་ཏེ་བཟླ་དབྱུང་བྱས་པ་ཡིན།

༤ བཙོན་ཁང་འདིའི་ས་གནས་དང་ཁོར་ཡུག འཛོ་བ་རོལ་སྒྲུངས་སོགས་མི་གཞན་
ལ་བཤད་མི་ཆོག ལྟེ་རོལ་ཡུལ་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་དང་བསྒྲགས་གཏམ་སྟེ་ལ་མི་
ཆོག ལྟེ་ལྟེ་རིང་བྱེད་རང་ལ་ལྟ་རྟོག་ནན་མོ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་སོགས་འགྲོ་བ་མི་ཞིག་
ལ་དབང་བའི་ཁོར་ཡུག་ཐམས་ཅད་མེད་པར་བཟོས་ཏེ་གཏན་ལ་ཐབས་སོང་། ང་རང་
གི་བསམ་པར་ད་ནི་ང་རང་ཆེ་འདིར་ཡུན་རིང་གནས་མི་ཐུབ་པ་བྱེད་རང་ཆོས་
བཙོན་ཆར་བས། སྒྲིག་ཁྲིམས་དེ་བཅི་འདོད་པར་ཞོག ཅེས་ཡང་ཉན་འདོད་མེད་
པ་ཞིག་སྒྲིགས། ཡིན་ནའང་ངག་ནས་སྒྲུ་མ་སོང་། བཙོན་ཁང་ནང་དུ་ཟླ་བ་གཅིག་ལྟག་
ལ་མི་སྒྲུ་ལའང་ཐུག་འཕྲད་བྱེད་མ་བཅུག རང་དབང་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྒྲིག་ཁྲིམས་
བཙན་པོ་དེའི་ཞགས་པ་སྟེ་ལ་བཞག་སྟེ་གནས་སྐབས་སྟོད་གྲོ་ལ་བཏང་བ་ཅམ་པོ་
རེད། ཕྱིར་གཏོང་སྐབས་ཡང་བསྐྱར་མགོ་ལ་རས་ནག་པོས་གཡོགས་ཏེ་སྟོན་ཆད་
འདི་ན་སའི་ནག་ཚུའི་མེ་འཁོར་ས་ཚུགས་སུ་བསྐྱུལ། དེ་ནས་མེ་འཁོར་ལས་ཟི་ཡིང་

ལ་འབྱོར།

དེ་སྔོན་ང་རང་ན་བཞིན་པའི་སྐབས་ལྟ་ས་ནས་ཟི་ལིང་དུ་ཡོང་གི་ཡོད་
 ཅས་ཁ་པར་བཏང་བས་སྲིང་མོ་མཆོ་མོ་དུས་ཆེགས་ལྟར་ང་རང་བསྐྱུ་བར་ཡོང་ཡོད་
 བའང་། ལམ་བར་དུ་ང་རང་འདྲིན་བཟུང་བྱས་པས་ཁོ་ཆོ་ཡུལ་མི་ཆང་མས་སེམས་
 བྲལ་བྱས་ཏེ་སྔོན་མི་ཚུགས་པར་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་སྐབས། ཞེ་ཤ་ཡའི་རྒྱང་
 འཕྲིན་ཁང་གིས་ང་རང་རྒྱ་ནག་གིས་འདྲིན་བཟུང་བྱས་སོང་ཞེས་བསྐྱབས་བྱུང་
 བས། ཁོ་ཆོས་དགོན་མཆོག་ལ་སྐབས་འདུག་དང་རིམ་གྱོ་མང་པོ་བསྐྱབས་འདུག ཡ་
 མ་གཉིས་ནས་སེམས་བྲལ་ཆེན་པོ་བྱས་པས་ཨ་མར་སྡིང་ནད་ཆེ་མོ་ཞིག་སོག་འདུག
 ང་རང་པ་ཡུལ་དུ་འབྱོར་མ་ཐག་ལྷེ་མི་པལ་ཆེ་བ་འཚམས་འདྲིར་སླེབས་བྱུང་། ལྷེ་
 མི་ཀུན་གྱིས་ང་རང་གི་ཡུས་པོ་དང་ནད་ཉགས་ལ་བལྟས་ནས་གསོན་པའི་རེ་ཐག་
 ཆད་སོང་། ཡིན་ནའང་ང་རང་གིས་དོ་སྣང་ཆེར་མ་བྱས། སེམས་ནས་བཟོད་མི་ཐུབ་
 པ་ནི་ལོ་ངོ་གཉིས་ཀྱི་རིང་བྲིས་པའི་ཚོམ་ཡིག་དང་། 《ཐག་དང་འདྲེས་པའི་མིག་ཚུ་
 རོན་མོ་》སོགས་དཔེ་དེབ་གཉིས་ཙམ་གྱི་ཚོམ་ཡིག་ཟིན་བྲིས་ཆང་མ་རྒྱ་གཞུང་གིས་
 བཅོན་ཁང་དུ་མེར་བསྐྱབས་པ་དེ་རེད། འདི་ནི་ངའི་མི་ཆོ་འདིར་བྱུང་བའི་གོད་
 ཆག་ཆེ་ཤོས་དེ་ཡིན།

པ་ཡུལ་དུ་ནད་གཞི་རེ་སྟུག་དུ་སོང་བས་སྒྲན་ཁང་དུ་འགོ་དགོས་བྱུང་།
 བྲལ་བོད་སྒྲན་ཁང་དུ་སོང་སྟེ་ཉིན་བར་ལྟ་ལ་ཞག་སྔོན་བྱས། འགོ་སོང་ཆེ་བས་
 བྲིམ་ཆང་ཞིག་དུ་སྒྲག་ཅིག་དང་ཉིན་ཉི་ཤུར་སྒྲན་བཅོས་བྱུང་དུ་བྱས་པས། ཆེ་སྟོག་
 ལ་སྦྱོན་མེད་པ་ཙམ་བྱུང་། འགོ་སོང་སྟོར་སྟོར་ཕྱག་བརྒྱད་ལྟ་བུར་། དེའི་བྱིད་ཀ་
 མཐོ་ལས་དགོན་པའི་དགེ་ཆན་རིན་པོ་ཆེ་རྩེ་དག་དབང་རྒྱ་མཆོས་བཏང་བ་རེད།
 དེ་ནས་སྒྲན་ཁང་དུ་ཕྱིར་བྱུང་དེ་མཐོ་ལས་དགོན་པར་བསྐྱད་ནའང་ས་གནས་སྤི་
 བདེ་མི་སྐྱས་ལྟ་ཞོག་བྱེད་གི་འདུག་པས་སེམས་སྦྱིད་པོ་དེ་འདྲ་མ་བྱུང་།

ཆོད་སེམས།

ཁག་དང་པོ།

ཆོགས་འདུ་ཞིག་གི་བརྒྱུད་རིམ་ཁོད་དུ།

།

ང་ཆོས་བདེན་དོན་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་ལྷན་འཛོམས་གྱིས་སྤང་མོལ་བྱེད་
འདོད་ལ། མི་དང་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤང་མོལ་ཡོད་ཆད་དེའི་ཆེད་དུ་ཡིན། ཁ་སང་གི་
ཆོགས་འདུའི་སྤང་མུ་ཆང་གི་མངར་ཁར་འབྲེས་པའི་ལས་བྱེད་པ་དེས་བཤད་རྒྱུ།
ང་ཆོ་གཅིག་གྱུར་གྱི་གོམ་ཁ་དང་གཅིག་གྱུར་གྱི་འདུ་ཤེས་ཡོད་ཆད་མེས་རྒྱལ་ལ་ཁ་
ཕྱགས་དགོས། རྒྱ་མཚན་ནི་ཡིག་ཆ་ཨང་ག་གེ་མོའི་དགོངས་དོན་རེད། རྣམ་འགྱུར་
མ་བྲང་ན་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་གནད་དོན་ཡོད། རྒྱལ་གཏམ་དང་ཆོགས་འདུར་མ་ཐེབས་
པ་སོགས་ཡོད་ཆད་གནད་དོན་འདིར་ཐུག་ཡོད་ཟེར།

ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་ནང་དུ་ཐ་མག་ཞིག་འཐེན་ཞོར། ང་ཆོ་ཁ་བྲལ་དུ་
གཏོང་མཁན་སྤྱེད། དེ་ལ་ངོ་རྒྱལ་བྱེད་དགོས། མེས་རྒྱལ་གཅིག་གྱུར་ལ་གཏོར་

བསྐྱེད་གཏོང་མཁན་སུ་རེད། ཟེར་ནས་ང་ཚོ་ལ་ན་ལྷག་བསྐྱེད་ཅི་ཐུབ་བྱས་ནས།
 དེར་བཞུགས་པའི་དགེ་འདུན་པ་སྟོང་ལ་ཉེ་བའི་བསམ་སྒྲོལ་ལང་ཡོང་བར་བྱས་ནས་
 མི་བདེ་བར་བཏང་། སྐལ་བཟང་དེར་ངའི་བསམ་སྒྲོལ་འཛམ་བུ་གླིང་དུ་ཞི་བདེའི་རྟགས་
 མ་ལེན་མཁན་སུ་རེད་སྟེ་མ་པའི་དྲི་བ་ཞིག་ཡིད་ལ་འཁོར་བྱུང་ཡང་། ཁ་ཚུང་དབང་
 ཚུང་ཡིན་པས་དབུགས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཀྱང་རྩལ་དབང་མེད་པས་སྟོང་བསམ་རེད།
 དོན་མེད་ལ་མི་རིགས་འདིའི་རྒྱུ་འཁྲིན་འཁོར་དང་བཅས་པ་ལ་ཉེས་ཅན་གྱི་ཞུ་
 མ་ལྷུ་མོ་ཞིག་ང་ཚོའི་མགོ་ཐོག་ལ་བཞག་སོང་། བཟོད་མེད་ཀྱི་ན་ལྷག་དང་ལྷན་དུ་
 གྲག་དང་འབྲེས་པའི་མིག་ཚུ་དོན་མོ་ཞིག་ངའི་སེམས་ཁོང་ལ་བཞུར་སོང་།

༡

ཕྱི་ཉིན་ནས་དགོན་པའི་གླིང་བར་དུ་ཆོས་གྲོགས་ཡོད་ཆད་ཀྱི་ངོ་གདོང་
 ན་སྟུག་གི་རི་མོ་དང་སེམས་ཁོང་ན་སྟོབས་ལྡན་པ་འཐིབ་ཀྱིན་དངན་པ་རིང་པོ་
 ཞིག་གི་སྒྲོང་ན་འཛམ་ཅག་གེར་ཆོས་གྲུའི་བགོ་སྐྱོང་གི་སྒྲ་ཡང་ཉིན་རེ་ལས་རེ་ཚུང་
 དུ་གྱུར་ནས་གྲགས་འགྲུལ་མེད་པར་གྱུར། ཡིད་སྟོབས་ཞིག་ལ་ང་ཚོ་དང་འཁྲིན་གྱ་
 གཅིག་པའི་རིགས་པའི་དཔལ་པོ་ཞིག་ཆོག་པའདུའི་ཁྲོད་ཀྱི་དྲང་བདེན་སྟོང་པའི་
 གདོང་ལེན་པ་ཡིན། མཚན་མོ་དེར་སྒོ་བྱར་དུ་སྒྲ་གཤེགས་སོང་། རྒྱ་རྒྱུན་གང་ཡིན་
 སུས་ཀྱང་ཆོད་དཔག་བྱེད་མ་ཐུབ། ཁོང་ཞེས་དང་ན་ལྷག་དེའི་ཁྲོད་ནས་མི་ཡུལ་
 གཞན་ལ་སྟེགས་སོང་། ཁོང་གི་སོང་བ་ནི་བདེན་དོན་དང་ལ་རྒྱའི་དཔང་པོ་ཞིག་
 ཡིན་ཡང་སུས་ཀྱང་ངག་གོལ་མ་ཐུབ་པར་གྲག་དང་འབྲེས་པའི་མིག་ཚུ་དོན་མོ་
 ཞིག་མིད་པ་ལས་ཐབས་ཅི་ཡོད། མི་ཡུལ་འདིར་ང་ཚོའི་ཆོས་སྟེན་མེད་དུ་འཛོག་
 མཁན་སུ་རེད།

ཞིགས་ཟེར་རི་ཆེར་བབས་པ་དང་ལྷན་དུ་ང་ཚོས་བདེན་དོན་ཞིག་སེམས་
 གུ་བསྐྱེམས་ནས་གཅིག་ཇེས་གཉིས་མཐུད་ཀྱིས་དོ་བཅལ་ཐང་དུ་འཇམ་ཅག་གེར་
 བཞུགས། གུ་བཅུན་དང་མི་སྐྱ་སྟོང་ཕྲག་གཅིག་ལྷག་གིས་རེ་བ་ལག་དུ་བཟུང་ནས་
 མིག་ཟུང་ཅེ་རེར་བསྟུང། ཅི་བྱང་འདི་བྱང་མེད་པར་རྒྱངས་འཁོར་ཆེ་ཆུང་གང་མང་
 ཞིག་པར་མཚམས་མེད་པར་སླེབས་བྱང་། པར་ལེན་པ་དང་བརྟན་ལེན་པ་ང་ཚོའི་
 མཐར་བྱ་ཤོད་ཤ་ལ་གཟུན་པ་ལྟར་འདུས་བྱང་། ད་དུང་མེ་གསོད་རྒྱངས་འཁོར་དྲག་
 ཆས་མི་སྐྱས་བསྐྱོར་བ། ཕྱགས་བཞིའི་སྒོ་ཁར་བཞིན་རམ་ངང་འབྱེངས་འདུག་པར་
 འགོ་ཆུར་ཡོང་གི་མགོན་པོའི་རང་དབང་གི་ལམ་ཁ་དེ་སྟངས་དེ་བཅད། སྐབས་དེར་
 ང་ཚོས་གུ་ལ་ཡང་འབྲེལ་གཏུགས་བྱེད་མི་ཐུབ་པ་དང་མི་ཚོག་པའི་ཉེས་ཅན་དུ་
 བྱུར། ཉི་མའི་ཆ་གདུང་ཁོད་དུ་སེམས་ཀྱི་གདུང་བ་ལག་དུ་བཟུང་ནས་མིག་གི་མཆི་
 མ་སྒྲིམ་བྱར་འབྱེལ་ལེར་བསྟུང། ཁོ་ཚོས་ལབ་པ་ནི་སྟིང་པོ་མེད་ནའང་གནད་ལ་
 མིག་པའི་སྟིང་པོ་བྲག་རི་ལྟ་བུ་ཡོད་རབས་སྟེང་། ང་ཚོས་སྐད་ཆ་ཡོད་ཆད་རྩུན་
 དང་དོ་རྒྱལ་རྒྱང་རྒྱང་དུ་བཟུང་། རེ་བ་ཅི་ཡང་མ་འབྲུབ་པར་སྟིང་ཁོང་གི་ཁྲག་ཕྱོན་
 དང་འབྲེལ་བའི་མིག་ཆུ་ཡོད་ཆད་སེམས་ལ་བཞུར་སོང་། ད་དུང་དོ་ལོག་པའི་ཉེས་
 བ་རེ་ཁྱེད་ནས་སྟོང་དགོས་བྱུང་།

ང་ཚོ་དང་བསམ་སྒྲུབ་དཔུང་གཉེན་གཅིག་པའི་གྲོགས་པོ་འགའ་ཉེས་
 མེད་ངང་དགོན་པའི་ཚོགས་གཡེན་གཏན་ལུང་དུ་བཏང་སོང་། ཚོས་སྲིད་རྒྱུ་
 འབྲེལ་མིན་ནའང་ཚོས་ཁྲིམས་དང་མ་འགལ་བའི་ཡ་རབས་དེ་ཚོ་བཙན་དབང་གི་
 སྲིད་ཁྲིམས་ཀྱིས་ཐེ་གཏོགས་བྱེད་དོན་ཅི་རེད། ཞི་བདེ་དང་གཞན་དབང་རྒྱུ་རྒྱུ་
 སྲིད་མཁན་དག་ལོ་རེ་བཞིན་འཛིགས་སྒྲུབ་གི་གཡུལ་ས་དོག་མོ་དེར་སྲིད་འགྲོ་བ་
 ཚོས་ཉིད་ལྟ་བུར་ཆགས་འདུག མི་ཡུལ་འདིའི་བསམ་དོན་དང་ལས་དབང་གི་ཆེད་
 དུ་མི་རེ་གཉིས་ཀྱི་ཆེ་སྟོག་ཤོར་འགྲོ་བའང་རྒྱན་ལྡན་རེད། རྒྱུ་པོ་ཚོ་བྲན་ཐེངས་
 རེར་ཤ་ཁྲག་རྩས་གསུམ་འདུས་བའི་མིག་ཆུ་རྩོན་མོ་ངའི་སེམས་ཁོང་དུ་བཞུར་སོང་
 བ་ཐེངས་གཅིག་མིན། ཞི་བདེར་སྒྲོན་པའི་མཆོད་མཇུག་བ་དང་མི་ཚོགས་དེའི་
 མཐའ་ན་མེ་གསོད་རྩ་ཁག་གི་དཔུང་འདུག་པ་དེ་ཚོས་བྲག་པོའི་འཐབ་འཛིང་ལ་རེ་
 རྒྱུག་བྱས་འདུག མཆོན་མོར་དགོན་པའི་བྱི་ནང་དུ་སོ་ལྟ་བ་དང་གཟུབ་ཉན་པ་ཏ་
 ཅང་མང་། ང་ཚོ་ལ་ཁྲག་དང་འབྲེས་བའི་མིག་ཆུ་རྩོན་མོ་དང་། ད་དུང་དངན་པ། རྒྱུ་
 བ་དང་ན་རྒྱག་ལས་ཅི་ཡང་མེད།

ལག་གཉིས་པ།

॥

དེ་རིང་ནི་ཟླ་བ་གསུམ་པའི་ཆེས་བཅུ་རེད། མ་འགྲམ་འདིར་ཚུ་ཆེན་གྱི་
བཅུར་སྐྱངས་དང་རྒྱབས་ཆེན་པོའི་འགྱུར་ཁྱུགས་ཁྲོད། འདས་ཟིན་པའི་མི་ལོ་དུ་
མའི་རྒྱུ་རྒྱུ་འཆོལ་དགོས་བྱུང་། ལ་ཆེན་པོར་བརྒྱུངས་ཕྱག་དང་ཚུ་ཆེན་པོར་
མེས་པོ་འཕྲིན་པའི་བསྐྱུར་བ་ཡང་མི་ལོ་དུ་མའི་རྒྱུ་ལྟོངས་ལ་འདས་ཟིན་པའི་ཕྱིར་
བྱ་ཡིན། ལོ་རྒྱུས་ཤིག་གི་མངའ་ཐང་དང་དབྱར་གཞུང་གྱི་དཔོན་འཆོ་བར་ཟིན་ཐོ་
འགོད་མ་ཐུབ་པའི་དེ་རིང་། ཁེར་རྒྱུད་གི་རྩོད་པ་གོར་མོ་འདི་ལས་ཅི་ཡང་མེད། བོད་
ཟླ་གསུམ་པའི་ཆེས་བཅུར་སྐྱིད་ཤ་ལྟ་བུའི་གྲོགས་པོ་གང་མང་ཞིག་ཡིད་ལ་བྱན་
བྱུང་། ཚུ་ཆེན་འདིའི་གཉིད་རིམ་ན་རྒྱ་བའི་གཞེས་མིག་ཅན་ཆོ་དུས་གཏན་དུ་བདེ་
བར་སྒོན།

༧

རྩ་གཟར་མོ་དང་རི་མཐོན་པོའི་སྤྱིང་ཁོང་ལས་བརྒྱུད་པའི་ཚུ་ཆེན་
འདིའི་སྤྱིང་སྒྲོབས། མེ་རུ་འབར་བའི་ཆེ་སྒོག་དུ་མའི་བཅུར་སྐྱངས་ཡིན། དའི་བྱན་
བཞིན་པའི་ཡབ་མེས་དག་གི་རྒྱབས་རྒྱུན་ལ་འབྲེལ་བའི་ཚུ་བོ། བཅུར་སྐྱངས་འདི་
འགྱུར་མེད་ལ། འབྲེལ་སྐྱངས་འདི་ལོར་མེད། མ་ཁྱུང་རིང་མོ་ཁྲོད། རྒྱུང་རིང་ན་
འབྲེལ་བའི་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲུ་མགོན་ཡིན། ཡོད་ཆད་བདེ་འཇགས་དང་བྱན་གསོ་
རེ་གནང་རྒྱ་མ་བཞེད།

༡

གནས་ལུགས་ཐོད་ལ་བཅིངས་ཏེ་བདེན་དོན་སྐྱུ་རུ་གྱུར་པའི་ཉིན་མོ་
འདིར། བརྗེད་མི་སྲིད་པ་དཔལ་པོའི་ཁྲག་རྩོན་དང་། འཇགས་མི་སྲིད་པ་མེས་པོའི་
གཏམ་རྒྱུད། དེ་རིང་ནི་ང་ཚོ་ཉི་མ་དམར་པོ་ཞིག་གི་ཆ་རྒྱལ་སྤྱོད་དུ་ནེམ་ཤ་འཇམ་
པོ་དང་བྱངས་ཁྲག་རྩོན་མོའི་བདག་དབང་ཤོར་བའི་ཉིན་མོ་ཡིན། ངའི་བླ་པོ་
བྲང་ཁོག་ན་འབྱེལ་བའི་དམར་པོ་ཁྲག་གི་ལོ་རྒྱུས་དེ་ད་དུང་ཡལ་མེད།

༢

མདོ་དབྱུས་གཙང་གསུམ་གྱི་ཡུལ་གྱུར་བ་གྲངས་མེད་ཞིག་ལམ་ལ་ཆས་
བའི་ཉིན་མོ་འདིར་ཅི་ཞིག་མཚོན་ཡོད། རང་ཉིད་རང་ཉིད་ཀྱི་མགོན་དང་རང་
བདག་རང་དབང་གི་ཐོབ་ཐང་འདི་སྐྱེ་ཞིག་གིས་རྟོག་བཞིས་བྱེད་ཀྱས། ས་བབས་གི་
བྱ་དང་མ་བབས་གི་རྒྱ་ལོར་ཤོར་བའི་ཉིན་མོ་འདིར། ངའི་ན་བྲག་དང་བླ་པོ་
གི་ཞག་སྐྱད་རིང་མོ་དམར་པོ་མེ་རུ་སྐར་ཚོག

༣

རྩ་ཆུ་ཤིང་གསུམ་འདྲེམས་པའི་རང་བྱུང་གི་ཁོར་ཡུག་སྐྱུམ་པོ་སྐྱུ་ཐིང་ཐིང་
གི་གཡུལ་སར་བསྐྱར་བའི་ཉིན་མོ། བྱ་རྒྱ་རི་དྲགས་འདྲེམས་པའི་ནགས་སྐྱང་སྐྱག་
མོ་མུ་དཔ་དུ་དག་གྱུར་པའི་བྱེ་ཐང་དུ་བསྐྱར། ལ་ཆེན་དང་རྩ་ཆེན་ལ་འདས་པའི་
ཁན་གཞོན་བར་གསུམ་དང་མེ་སྒྲིགས་དང་ཁྲག་རྩོན་ལ་འདྲེས་པའི་དཔལ་རྟོག་ཚོ།
གངས་རིའི་ཆེ་མོ་དང་རྩ་མཚོའི་གཏིང་རིམ་ལ་འབྱེལ་བའི་ལ་རྒྱའི་རྩོད་རིང་སྐྱག་པོ།
བརྗེད་མི་སྲིད་པའི་ཡ་རྒྱུད་གི་རྩོད་ཐིག་ཡིན།

བརྟེན་མི་སྤྲིད་པའི་མེ་མུ་དམར་པོ།

ལག་གསུམ་པ།

རང་ཉིད་ཀྱི་ཚུམ་ཡིག་འགའ་རྒྱན་དབང་གིས་མེ་ལ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆེས།

།

ལོ་ངོ་ཉུ་མའི་དཀའ་སྤྱད་གི་རི་མོ་དུང་སེམས་ཀྱིས་འབྲི་དུས། ངའི་སེམས་
 རོགས་ན་སྟོ་གདུང་གི་ན་བྱུག་ཁྲག་ལྟར་དམར། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ངོ་གདོང་རེ་རེ་ན་
 བཟོད་མེད་ཀྱི་བཅན་གཞོན་མེ་མུ་མོ་རེ། འདི་ལྟར་འབྲི་འགོ་བརྒྱམས་པ་ནས་ང་མི་
 ཡུལ་འདི་ཉེས་ཅན་དུ་སྦྱར། ངའི་ཁྲག་རྩོད་ཀྱིས་བྲིས་པའི་བེན་མོ་ཡོད་ཆད་མེ་མུ་
 དམར་པོ་དེས་འགམས་སོང་།

།

ངའི་ཡོད་ཆད་ཀྱིས་སྟོ་བ་རེ་དང་སྐྱེང་བ་རེ་ཁྱུར་ནས་ས་མཐའི་འཆོ་བ་
 འདི་བསྐྱེད་དགོས་བྱུང་། ང་གནམ་སའི་མཐའ་ལ་འབྱམས་པ་ཡང་ལོ་རྒྱུས་དང་
 བདེན་དོན་ཞིག་གི་དཔང་རྟགས་ཡིན། ངའི་སེམས་ཁོང་གི་ཁྲག་རྩོད་དང་མིག་རྒྱ་
 ཡོད་ཆད་མེ་མུ་དམར་པོ་དེར་འཐིམས་སོང་པ་ཡང་དུང་བདེན་དེའི་ཆེད་དུ་ཡིན།
 ད་དུང་སྤངས་སྤྲོད་དང་སྒྲིབ་གསེང་མཐོན་པོ་དེའི་འོག་ནས་ང་ཉ་ཅང་རྒྱུང་། སེམས་
 པ་དམར་པོ་དེ་རྩིས་ཀྱི་བཞི་དེའི་ནང་རྩིས་ན་འཆོ་དུས་ངའི་འཛིག་རྟེན་འདི་ཅི་
 འདྲའི་རྒྱུང་བ་ལ་མང་།

༡

མི་ལྔ་དེས་ངའི་མི་ཆེ་ལ་ཆག་གུམ་བཏང་བ་ནས་སེམས་པ་རི་ཁའི་དར་
ལྷོག་བཞིན། རྒྱང་བྱ་ཡར་འགོས་འཕྱ་དམོན་དང་ཚུ་བོ་མར་འགོས་འཁང་ར་བྱེད་
སར་གྱུར། ད་དུང་རི་སྒྱུང་གི་སོ་ཁ་ནས་ང་འཛིགས་ཡེར་རེ། ཡིན་ནའང་ལ་རྒྱའི་
ཁ་དོག་མ་འགྱུར་ན་ངའི་སེམས་ནང་གི་སྟོབས་པ་འགྱུར་མི་སྲིད། སེམས་པ་དཀར་
ནག་གི་གཡུལ་ས་དོག་མོ་དེར་ང་ཐེངས་འགར་པམ་སོང་། ཡིན་ཡང་ཞི་བདེ་དང་
ལྷག་བསམ་ལ་འཁང་ར་བྱེད་མི་སྲིད།

༢

མྱ་ངན་གྱི་རོལ་དབྱངས་ལ་འཁྱུད་པའི་སྒྲོ་བ་སྒྲུག་པོ་དེ་ངའི་བླ་པའི་
བྱང་གཞུང་ལས་བཀྲལ་མ་རུས། དམར་པོ་རིའི་ཉེ་འདབས་ནས་ལམ་ལ་ཆས་བའི་
ཡུལ་གྱུར་བ་དེ་ཆོ་བླ་ཐེངས་རེར་བཟོད་མེད་ཀྱི་བརྗེད་མོ་རེ་བྲིས་བ་མིག་ཚུ་དང་
ཁྱེད་ཀྱི་བཞུར་སྒྲུང་སྟེན། རང་དབང་དང་ཞི་བདེ་སྲེང་ས་འདིར་ངའི་མི་ཆེ་
ལ་ཆག་གུམ་ཤོར་བ་འདི་ཅི། རེ་དོགས་དང་འཛིགས་སྒྲུང་གིས་འཆོ་བའི་ང་། སྒྱིད་
ལ་སྒྲུག་པའི་ལམ་ལ་ཆས་བ་ནས་ང་ལ་ཐོབ་པ་ནི་བསམ་གཞིགས་བཅེགས་མའི་
འོག་གི་པམ་ཁ་དེ་རེད།

༣

མི་ཡུལ་ལ་བདེ་སྒྲུག་གི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་དུས་ཡོད་ཆད་སྟོན་མི་བཟོད་
པའི་ལ་ཁའི་དར་ལྷོག་བཞིན། སེམས་པ་སྒྱུ་ཐིང་ཐིང་ཞིག་གི་འགྲམ་དོགས་ནས་
ལམ་ལ་ཆས། འགྱུར་སྟོག་དེའི་སོ་ཁ་ནས་བཟོད་མི་ཐུབ་པའི་ན་རྒྱུག་རེ་ལངས་པ་
ཡང་། ལོ་རྒྱུས་ཤིག་གི་དབང་རྟགས་དང་མི་རབས་ཤིག་གི་སྲིང་བརྗོད་དུ་གྱུར་ན་
པམ་ཁ་དེའི་ངོ་སོ་བསྟོན།

༤

ཀྱུ་ལ་ཁའི་རི་དར་ལ་འཇུར་ལྷོག་བྱང་བ་ནས་མཐོ་དམན་གྱི་ས་ཕྱོགས་
 ཡོད་ཚད་སློབ་གཏོང་དགོས་བྱུང་། དེས་དབང་གིས་དཔོན་ས་ལ་ཉམ་པ་དང་གཡོག་
 སར་འབྲུ་དམོད་བྱེད་རྒྱ་ཡེ་ནས་བྲལ་སོང་། ངས་ཆོས་གོས་དང་ལྷན་དུ་པ་མ་དང་
 ཡུལ་མི་ཆོར་དུང་བའི་ཞེན་ཆགས་ལྷེ་མོ་ཁྱུར་ནས། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཟེན་ཐོ་འབྲི་དུས་པ་
 ཡུལ་གྱི་ནམ་པ་འཇུར་འདུག་པ་གཞི་ནས་རྟོགས་སོང་། ངས་སྲུ་ལའང་ལེ་བདའ་མི་
 བྱེད།

༥

ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ཉམ་སེམས་གཅིག་གིས་དབང་དུ་བསྐྱུ་འདོད་པའི་མི་
 བྱེད་ཆོ། རི་བོ་མཐོ་ས་ཞིག་དང་ཁོར་ཡུག་གཙང་ས་ཞིག་ལ་ངང་གིས་འདུ་ཡོང་བ་
 ཆོས་ཉིད་རེད། ཁོ་ཆོ་སོང་ས་བསྐྱད་སར་གཅིན་སྐྱུག་གི་དྲི་མ་ཁ་བོ་དེས་ཡོད་ཚད་
 ལ་མནོལ་གྱི་བ་ཐེབས་ཉེན་ཡོད་པས་དོགས་ཟོན་མཛོད། དཔོན་སའི་ཁྲི་དང་གཡོག་
 སའི་གདན་ལ་ཡིད་གཏད་མེད་པས། ཕྱི་རབས་པར་བཏོན་པའི་གྲོས་སྤྲུགས་སྲུ་
 ལའང་བཙོལ་མི་རུང་།

༦

ང་ཆོས་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་གམ་དུས་རབས་ཤིག་ལ་ངན་ཁག་མི་འགེལ་བར་
 རང་ཚུགས་ཀྱི་ཆོད་སེམས་བརྟན་པོ་ཡོད་དགོས། སྤྱིར་ན་ད་ལྟོ་ཀྱུ་ལ་སམ་འདི་
 ཡང་ངན་གཡོ་སྐྱོག་ཆོང་ཞིག་གིས་ང་ཆོར་བགོས་པའི་དུད་དྲེག་ནག་པོའི་ཁ་དོག་
 རེད། རང་ཚུགས་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་བསམ་སྒྲོ་བརྟན་པོ་ཞིག་ སྤྱིང་།

དམར་པོའི་འཕར་ལྗང་མ་བསྐྱད་པར་དུ་ཚུར་ལེན་ཅི་ཐུབ་དང་འཛིན་ཅི་ཐུབ་བྱེད་
དགོས། དངངས་སྒྲག་དང་སྒྲང་ཚུལ་དེའི་མཐུག་འབྲས་རང་གིས་འཁུར་ཐུབ་པའི་
གདེང་ཚོད་ཀྱང་དགོས་སོ།

ལག་བཞི་བ།

༡

ཆོད་འདྲིན་དང་བཀག་སྡོམ་གྱི་བྱ་བ་བསྐྱར་ལོག་ཅད་ཆོད་གྱི་བསམ་སྒོ་
རང་རྒྱ་བཞིག་སྒོ་བ་གསལ་ལ་ཁྱེད་ལ་བསྐྱར་བྱ་བ་པ་བྱུང་ན། ཆོད་ལན་དང་རེ་
འདྲན་གྱིས་མི་སེམས་སྒྲུལ་བྱ་བ་པའི་གཏན་ཆོག་གསལ་གྱི་རང་གཤིས་ཤིག་ཀྱང་ཆགས་
བྱུང་། རང་དབང་འདིས་མཐོ་མའི་ངོ་སྤྱོད་བྱུང་ལ་དམན་སར་དབང་སྐྱར་ཡང་བྱུང་
བྱུང་། གང་ལྟར་འདིའི་ལྷན་རྒྱལ་ཏུ་དངོས་གནས་ཐག་གཅོད་དཀའ་བའི་གནད་དོན་
མང་པོ་ཞིག་ཡོད།

༢

འགན་འཁུལ་འདི་སྐྱོར་རན་མི་དང་དབྱེན་ཇི་སོགས་སྒོ་བས་ལྷན་གྱི་མི་རིགས་
ལག་ཅིག་གིས་ཆོད་གཞི་ལས་བྱུང་བ་རེད་ཟེར་ནའང་ཆོག ཆོས་ལུགས་དང་སྐད་
ཆའི་རང་ཚུགས་རང་བདག་འདི་བཅོན་དབང་གིས་སྤྱད་པ་མིན་ལ། གནས་ལུགས་
ངང་བྱུང་ཡོང་བ་རེད། ད་དུང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱིས་ང་ཆོས་སྤྱད་པ་ནི། མིའི་རིགས་ཀྱི་བརྒྱུད་
རིམ་ཆ་ཆང་བཞིག་ཆགས་ཡོད་མེད་བཟག་རྒྱ་དེ་རེད།

༡

དབྱེ་ཞིབ་དང་ཚུར་ལེན་རིང་ལུགས་པའི་ལྷ་སྟོང་ཁྲོད་མི་རིགས་ཤིག་གི་འདུ་ཤེས་དང་ཤེས་རིག་ཅིག་གི་གོ་རྟོགས་སེལ་ན། ལོ་རྒྱུས་འདིའི་རྒྱབ་དཔུང་ནས་བདེན་དོན་ངོ་མ་དེ་འཛོལ་བྱུང་། བྱུང་རྒྱལ་དུ་གྱུར་པའི་ཀྱན་སྦྲང་དང་ཀྱན་སྟོང་འདིའི་མིའི་སེམས་ཀྱི་དཀའ་རྙོག་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འགལ་འདུ་སེལ་ཐབས་བལ། དེའི་ཕྱིར་གཏན་ཚིགས་པའི་རང་ཚུགས་དང་ཞི་བདེའི་འཛོལ་སྟེག་འདི་སྤྱི་སྤེལ་གྱི་ཁྲུང་དོ་སྤང་བྱེད་རན་པའི་དུས་ཚོད་ལ་སླེབས་ཡོད། སྤེལ་གཅོད་དང་ལྷ་ཚུགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་དེ་ནམ་ཡང་འདྲོར་ཅི་བྱུང་ལ་འབད་དགོས་ཞེས་པའི་ཁ་ཚིག་ལ་མཁས་པོ་ཡོད་ཀྱང་། ལག་ལེན་ལ་མ་རེག་པ་མོད་པས། མི་ཚོ་འདི་གྲ་གྲུའི་ལམ་ཕན་ལྷ་བྱ་རེད།

༢

རང་ཉིད་ཀྱི་རང་དབང་ལ་ཐེ་གཏོགས་བྱེད་མཁན་རང་ཉིད་ལས་སྤྱ། ང་ཚོས་རང་ཉིད་སྤྱོད་བ་རིང་ལུགས་དེའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ལ། རིང་ལུགས་བཞག་པ་རང་ཚུགས་ཤིག་ཐོབ་ཆེད་དུ་འདྲུལ་ཡིན། ཁོར་ལུག་འདིར་རིང་ལུགས་ཅན་མང་ནའང་ཁོ་ཚོ་རང་ཉིད་ལས་ང་ཚོར་སྤེལ་གྱང་རམ་འདེགས་བྱེད་མ་ཁྱོད་ལ། ཐ་ན་སྤོང་མཁན་འང་རེ་གཉིས་ཅམ་ལས་མེད། ད་དུང་རེ་དོགས་དང་འདིགས་སྤང་། གཡོ་སྤྱོད་དང་ཏམ་སེམས་སོགས་ཀྱིས་སྤོང་མ་ཚུགས།

༣

རྒྱབ་ཕྱོགས་པའི་གཏམ་བཤད་ཐར་ཐོར་ཞིག་ཟས་སུ་རྒྱུ་ན་གཏན་དུ་འཛོལ་བའི་གདེང་ཆོད་སུ་ལའང་མེད། བོད་དང་བོད་ཆེན་པོའི་ས་ཕྱོགས་དུ་

མར་སྐད་ཡིག་གཅིག་གྱུར་གྱི་ཐབས་ལམ་གྲུང་བ་ཡང་འཐུས་སྒྲིལ་ཆང་མོ་ཞིག་ཡོང་
 རྒྱ་གལ་ཆེན་པོ་རེད། བསམ་སྒོ་དང་ཀུན་སྒྱུད་ཡོད་ཆད་ཤེས་རིག་དང་འཆོ་གནས་
 གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་རྒྱབ་སྐྱོང་ས་སྤྱོད་རྒྱ་འདི་གནད་འགག་ཆེ་ས་ཞིག་རེད། གནས་
 ལུགས་དང་བྲང་བདེན་བརྟེན་དབང་མེད་ན་དོན་གྱིས་མིའི་རིགས་འདི་ཙམ་མེད་ཏུ་
 བཏང་བ་རེད་ལ་འཛིགས་སྐྱལ་རིང་ལུགས་ཀྱང་རེད།

ཁག་ལྔ་བ།

༡

རི་བརྒྱ་ལུང་སྟོང་ཚུ་བོ་སྟོང་འདུས་ཀྱི་པ་རོལ་ཚུར་རོལ་ན་མཛེས་སྤྱད་
གིས་བཞད་པའི་ཡུལ་གྱ། གཞལ་དུ་མེད་པའི་རིན་མང་དེའི་འོད་དོགས་ན་འཛད་
མེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་རིང་མོའི་ཕྱིར་བྲན་ཡོད། ཁ་སང་དེ་རིང་གི་ནམ་ལྗེའི་འགྱུར་བག་
ཁོད་ནས་མིག་ཚུ་ལྟར་བཞུར་བའི་བཙེ་བ་རྩོན་མོའི་མངའ་མང་དེའི་ཆེད་དུ། རི་བོ་
གསེར་དང་ཚུ་བོ་དཔུལ་དུ་འབྱེལ་བའི་བང་མཛོད་སྤྱུམ་པོ་དག་བདག་པོ་མིན་པའི་
བདག་པོ་དེས་རྒྱང་རིང་ལ་བྱེར་སོང་བས། ཡོད་ཆད་སྟོང་སོང་། ཡིན་ཆད་ནོར་སོང་།
ཕྱིར་སྟོད་རན་པའི་ངའི་མངའ་མང་གོར་མོ་མི་ཡུལ་འདིའི་དག་ཞིང་ཡིན།

༢

རི་མཐོ་ས་གཙང་གི་ཐུ་འོག་དང་སྤང་སྟོང་ས་ནེ་ཁུ་གསེང་གི་རྩོད་དོགས་
ན། རང་བྱུང་འདོད་ཀྱི་འབྱུང་བའི་གཏེར་ཆེན་པོའི་མངའ་མང་། དབྱིད་དཔལ་དང་
གསེར་མདོག་གི་པ་ས་ས་ཡུལ། ཡུན་རིང་ལ་འཇགས་མི་སྲིད་པའི་འདུ་འཛི་ལང་
ལོང་སྤྱད་པོ་འདིས་མངའ་མང་དེའི་མཐའ་དང་དཀྱིལ་ནས་དབང་བསྐྱུར་བྱས་སོང་།

ངའི་མངའ་ཐང་ཕྱིར་སྤྲོད་ཅིག། བཟེ་བ་མེད་པའི་རི་སྤྲང་གི་ཆོགས་པ་དང་། ཏུང་བ་
མེད་པའི་མི་ཡུལ་གྱི་རྒྱ་ཆོགས་པར་སོང་། ངའི་རྩ་ཐང་སྤྲུམ་པོ་དང་མལ་ས་རྩོན་
མོ། ད་ཏུང་མཁའ་དབྱུགས་གཙང་མ།

༡

རབས་དང་རིམ་པས་འཇབ་ཆོལ་དང་ཉིན་དང་མཆན་མོའི་ཉམ་སེམས་
དེའི་སོ་ཁ་ནས། ངའི་མངའ་ཐང་ཕྱིར་སྤྲོད་རན་ཡོད། ལྷ་ཚུགས་དང་བཟེ་བ་མིན་
པའི་གནས་ལུགས་ཤིག་གི་སྤོ་ལོག་ནས་ཞི་བདེར་འབད་པའི་ཡུལ་གྱར་བ་གྲངས་
མེད། གོ་ལ་སྤྲུམ་པོའི་ཡང་ཆེ་དང་ཞི་བདེ་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་རོགས་ནས་ཡོད་ཆད་
སྒོས་གཏོང་སོད་པའི་སྤྲོད་སྤྲུམ་ཅན་དེ་ཆོ། ངའི་མངའ་ཐང་དེའི་བདག་པོ་ཡིན།
ངའི་འཆོ་བརྟུང་འདིའི་འབྲུང་གནས་ཡིན། སྤྲུམ་འབྱོར་དང་མངའ་ཐང་། ཆེ་
བསོད་དང་རྒྱང་རྟ། ཡོད་ཆད་ལྷ་ཚུགས་མིན་པའི་བདེན་དཔང་ཡོད།

༢

ཨ་པའི་སྤྲོད་སྤྲུམ་དང་ཨ་པའི་བཟེ་བར་ཏུང་བའི་ང་ཆོ། གངས་དཀར་
པོའི་ཆེ་མོ་དང་རྩ་རོག་པོའི་རྒྱ་བར་ནས། མངའ་ཐང་ཞིག་ལ་ཕྱིར་མིག་གིས་བལྟ་
དུས། ཡིད་སྤྲོ་བའི་མིག་རྒྱ་དང་ཞེ་སྤྲོད་པའི་དངན་པ་རིང་མོས་རྒྱང་ལ་ཁྱེད།

ལག་བློན་པ།

༡

ངའི་བསམ་སྒྲོམ། འཇིག་རྟེན་འདི་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ཁོད་ཡངས་ནའང་བདག་
བཟུང་དང་རང་འདོད་ཀྱིས་བཅིངས་དུས་ཅི་འདྲའི་རྒྱ་རྒྱུང་ཨང་།

༢

ངའི་བསམ་སྒྲོམ། བོད་ཡུལ་འདི་སྤྱི་ཇེ་རི་ཞིང་ཁམས་དང་བཅེ་བའི་
བདག་ཉིད་བཞུགས་ས་ཡིན་ནའང་། རྩ་རྒྱུད་གསར་རྟིང་ལྟ་བུའི་ཚོད་གྲེང་འདི་
ཅི་འདྲའི་ཆེ་ཨང་།

༣

ངའི་བསམ་སྒྲོམ། ཁོར་ཡུག་སྤང་སྒྲོབ་དང་དུད་འགྲོའི་རང་དབང་གི་ཆེད་
དུ། གཅན་གཟན་པགས་རིགས་སྤོང་དགོས་པའི་བྱ་འགུལ་སྤེལ་ན། མཚམས་རེར་
བོད་སྐད་ལེ་ཆན་གྱི་འགོ་འཛིན་པས་སྤྲུམ་པགས་ཀྱིས་མཐའ་ཤན་པའི་བོད་ལུ་
ཁྱོན་སྟེ་ལེ་ཆན་འགོ་འཛིན་བྱེད་དོན་ཅི། སྤྱི་ཁམས་ཁོར་ཡུག་ལ་བསམ་པས་གཏོར་
བཤིག་བཟོ་བསམ་པ་ཨེ་རེད།

༤

ངའི་བསམ་སྒྲོམ། ད་ལོར་ང་ལྷོ་གཞིང་བཞིག་གི་ཆོང་རྩལ་སྤྱར་ནས་
ལྷོ་འགར་གནའ་རྩལ་བཤམ་སྟོན་ཁང་དུ་བཞག་སོང་། ངའི་རིན་ཐང་འདི་ཆོལ་
གསུམ་བོད་མིའི་འཆོ་བའི་ཁ་སྟོན་དུ་སྤྱར་ན་བསམ། གསང་སྤུལ་བའི་ཆོང་རྩལ་ང་
ལྟ་བུ་བོད་ཡུལ་ན་མང་རྒྱ་རེད།

2006 བཅོམ་ཁང་དུ་དན་པ་ཆབ་ཆར་བྲིས།

ལག་བསྟན་པ།

༡

མི་ཡུལ་ལ་སྐར་ནས་འགྱུར་ཕྱོག་བྱང་ཟིན་ལ། ད་ལོ་ང་དང་ལྷན་དུ་ཆག་
གུམ་ཤོར་བ་ཡང་ང་དང་མི་ཡུལ་གྱི་ཆེད་དུ་རེད། འོད་ལ་རེ་བའི་ཆེ་སྟོག་གི་རིན་
ཐང་མོད་པོ་སུ་ཞིག་གི་འགྱུར་བག་ཁོད་དུ་ང་ཉམ་རྒྱུ་ལ་གུ་དོག་སོང་། ད་དུང་མི་
ཡུལ་ལ་རིན་ཐང་རྒྱུ་བ་ཁོར་ཡུག་གི་ཆེད་དུ་རེད། ང་ཆོས་རང་དབང་གི་ཆེད་དུ་
ཡོད་ཆད་སྟེང་། ང་ཆོས་ཐོབ་ཐང་གི་ཆེད་དུ་ཡོད་ཆད་ལུལ་ཆོག་ བས་ས་དང་ལས་
སྟེང་རྩོན་མོ་ངའི་སེམས་ཁོང་ན་འོད་ལ་འབྱེལ་ཡོད།

༢

གངས་ལྗོངས་དང་རྩ་རྒྱུ་དང་ས་མོ་གཞན་ལག་ལ་ཤོར་སོང་། བས་ས་དང་རེ་
བ་རྩོན་མོ་འབྲུག་རིམ་ལ་ཤོར་སོང་། འུ་ཅག་གི་པ་ཁྱིམ་སྐྱུག་པོ་དག་ཇག་གིས་བཅོམ་
ཤུལ་དུ་ལྷུས་པའི་མཁར་ཆག་ལྷ་བྱར་གྱུར་ཡོད། ཤ་ཁྱུག་གི་བར་གསེང་ནས་ངའི་
རུས་རྒྱུ་ལ་ཆག་གུམ་ཤོར་སོང་། འགྱུར་ཕྱོག་གི་གཡོ་འགུལ་ཐེངས་གཅིག་གིས་མི་
ཆེ་ལ་ཞབས་རྒྱུ་བཞོད། དཔྱད་ཤེས་དང་རྟོག་སྒྲུང་ཡོད་ཆད་ཉི་འོད་བཞིན་ལྷུ་
མེར་བཞུར་སོང་།

༡

མི་ཆེ་དང་བྲན་སྒྲུང་སྒྲུང་ཆོགས་ཉི་ཟེར་བཞིན་འབབ་དུས་རི་སྐྱང་སྟོན་
མོས་རུ་ཁ་དང་ལུང་མདོར་བྲ་སྒྲུང་འབྱེན་བཞིན་པ་སྟོང་རྗེ་བའི་ཡུལ་མིན། ད་སྒྲུང་
ཅིག་ལ་བྲན་མེད་དུ་བརྒྱལ་དུས་མི་ཡུལ་དང་མི་ཆོགས་གངས་མེད་ཀྱི་རི་འབོད་
རྒྱང་རིང་ན་མོད། ལྷ་འདྲེའི་ཆོ་འཕྲུལ་སྒྲུང་ཆོགས་ཉམས་སྒྲུང་ལ་ཤར་བྱུང་། མི་ཡུལ་
ཀྱི་གསོན་འདྲེ་དག་གི་གསོན་ཀྱི་གཤེད་མ་ནག་པོར་གྱུར་ནས། སྤྱི་ཟླ་བདུན་པར་ང་
དུབ་ཀྱིས་འགམས་སོང་། ང་དང་ལས་མཐུན་གཅིག་པའི་སྤྱན་རླེང་ཡོད་ཆད་གཤེད་
མ་དེ་ཆོའི་དམིགས་ཡུལ་ལ་བརྒྱུང་ཡོད།

༢

ཆེ་སྟོག་གི་བྲ་སྒྲུང་ཐོག་མ་རྩ་ཐང་ལ་བཞག ལས་དབང་ལ་བཅོལ་བའི་
རི་བཞག་རྩོན་མོ་རྟོ་ཁང་སྐྱུག་པོ་དེའི་ནང་དུ་འབྱུག་ཐག་ཆད་སོང་། ལོ་རྒྱུས་དེའི་
ཁོད་ནས་《ཁྱག་དང་འདྲེས་བའི་མིག་ཚུ་རྩོན་མོ》སེམས་ལ་བཞུར་བྱུལ་ན་ང་ལ་
བཞག་པ་ནི་འཛིགས་སྒྲུང་དང་སྟོང་འདྲང་གི་སེམས་པ་སྐྱུ་བོ་ཞིག ང་གསོན་འདྲེས་
ཁྱར་མིད་ལ་བཏང་བའི་བྱུལ་དུ་མིག་ཚུ་དང་དངན་པ་རིང་མོ་ཞིག ད་དུང་བརྟོད་
ཆར་མེད། སྤྱན་རླེང་ཆོ་བདེ་མོ་བྱོས།

༡༩༠༦ ལོར། བཅོན་ཁང་དུ་བྲན་པ། ༡༩༠༧ ལོར་པ་ཡུལ་དུ་བྲིས།

ཁག་བརྟེན་པ།

།

མི་རིགས་དང་རིག་གནས་ཀྱི་གནད་དོན་འདི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་གནད་
དོན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རང་དབང་དང་ཐོབ་ཐང་གིས་བསྐྱུན་ཞིང་གཟུར་ཏུ་མེད་པའི་
འོས་འགན་ལྷེ་མོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ལོ་རྒྱུས་དང་ཁག་དོན་ཀྱི་གནད་དོན་གང་མང་
ཞིག་ང་ཚོའི་གནད་དོན་ཡིན་ལ། གཞན་དག་གི་རྒྱལ་ཁའང་ཡིན་སྲིད།

།

བསམ་སྒྲོ་བ་དང་རྩོམ་པ་པོ་གང་མང་ཞིག་འཆི་མོད་པའི་སྤྱིང་སྤྱོད་པས་ཀྱི་
གནད་དོན་དེ་དག་མི་རིགས་དང་རིག་གནས་ཤིག་གཏན་འཇགས་དང་ཡུན་རིང་
གནས་ཐུབ་པའི་གནད་དོན་ཡིན། ལྷན་པས་འགར་པམ་ཁའི་གནད་དོན་དེ་རྒྱལ་ཁ་
ཡིན་ལ། རྒྱལ་ཁའི་དར་ཆ་དེ་པམ་ཁ་ཡང་ཡིན་སྲིད་པས་སོ།

༡

མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དང་འགྲན་ཚྭ། མི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་དང་ལངས་
 རྒྱལ་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་གཞན་ལ་ངོ་རྒྱུ་དང་འཐབ་ཚྭ་བྱེད་དགོས་པའི་
 གནད་དོན་ནི་གཏན་ནས་མ་རེད། ང་ཚོས་རྒྱ་བཙོན་དང་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་པའི་ངང་
 བདེན་གྱི་གནད་དོན་དག་ནི་མི་སྒེར་དང་སྤྱི་ཚོགས་གཉིས་ཀར་ཕན་པའི་གནད་
 དོན་ཡིན།

༢

ངའི་སེམས་ནང་གི་ཚད་སེམས་བརྟན་པོའི་གནད་དོན་འདི། བྱེད་ཀྱི་སྒྲིང་
 ནང་གི་ཆེར་མའི་གནད་དོན་ཏུ་འགྱུར་དགོས་དོན་ཅི། འུ་གཉིས་གོས་འཆམ་དང་
 མཐུན་སྒྲིལ་བྱུང་ན་ཁོར་ཡུག་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཤིག་གི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་གནད་དོན་
 རེད། འག་གཞོན་དང་བཙན་འཇུག་ནི་དཔལ་པོའི་གཟི་བརླིང་མིན་ལ། གཉོམ་རྒྱུང་
 གི་ཕམ་ཁ་ཡང་ཡིན་མི་སྲིད།

༣

ཀྱ་ཡངས་སྐྱམ་དཀྱུལ་དང་རང་དབང་ཟེར་བཞིན་མི་ལ་ཅི་འདོད་འདོད་
 བཤད་བརྒྱུག་པ་དང་སྒྱབ་བརྒྱུག་ན་མི་འདོད་པ་དང་དགོས་མེད་ཀྱི་གནད་དོན་
 མང་པོ་ཞིག་ལྷག་ཡོང་། སྤྱི་ཚོགས་ཁྲོད་དུ་ཆོས་པའི་རྐང་ལག་བསྐྱམས་དགོས་པའི་
 གནད་དོན་སོགས་སྤྱིང་མི་རེའི་ཁ་རྒྱུང་རེ་ཡོད་པའི་དཔེ་ལྟར་སོང་ན་ཡང་མཐར་
 གཏུགས་ན་བདེན་པའི་གནད་དོན་དེའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པར་རྟོགས་དགོས་པ་ནི། དབྱེ་
 ཞིབ་དང་དཔྱད་པའི་འབྲས་བྱུ་རེད།

ཁག་དགུ་བ།

༡

དམར་པོ་རིའི་ཉེ་འདབས་ནས་མགོ་བོ་བསྐྱར་ནས་བེན་ཐོ་རེ་འབྲི་ཞོར་
བལྟ་དུས། ངའི་འགྲམ་རོགས་ན་ན་བ་ཅོར་སེ་སྟོད་པའི་སྒྲོག་ཆོང་བ་དེ་ཆོས་རི་
གྲོང་གི་ཆེ་སྟོག་དམར་པོ་ཁྲག་རྒྱན་དང་བཅས་པ་བྱུར་མིད་བཏང་འདུག་པ་ཐེངས་
གཅིག་མ་རེད། ཤ་ལ་དགའ་ཞིང་ཁྲག་ལ་རོལ་བའི་བྱི་སྐྱར་ངན་འབྲེལ་གྱི་ཆོགས་པ།
ལོ་རོ་འདི་དག་ལ་ཁྲག་གི་ལོ་རྒྱས་རྩོལ་བྱིས་པའི་རི་མོ། བཅོས་རྒྱན་གྱི་བསྐྱེད་
འོག་ཏུ་འགྱུར་བཞིན་པའི་ལྷ་ས་བ་དང་ལྷ་ས། ལ་ཁོག་མི་མཐུན་པའི་སོ་ལྷ་བ་དེ་
ཆོས་ངའི་ཁོར་ཡུག་ལ་ཉམ་སེམས་བཅངས་ཡོད།

༢

ལ་ཆེན་དང་ཆུ་ཆེན་གྱི་ས་རོལ་ན་ལ་རྒྱའི་དཔུང་ཤ་རོམ་པའི་དཔའ་རྒྱོད་
ཆོ། བདེན་དོན་གྱི་དར་ཆ་དང་རྣམ་དབྱེད་ཀྱི་དཔུང་རོགས་ཡོད། གནས་ལྷགས་ཤིག་
གི་རྒྱབ་དཔུང་ན་འབྲིང་པའི་མེས་པོ་དག་གི་བཀྲུད་སྐྱངས་འདི་གསེར་མདོག་གི་
དག་ཞིང་དེའི་ལམ་བུ་ཡིན། ལུ་ཏོ་བ་དང་ཉམ་རྒྱུད་གི་ཤ་ཁྲག་ལ་རོལ་བའི་སྐྱེ་དྲག་

དང་ཆབ་སྲིད་པའི་ཚེ་ལོ་འཛིན་མ་ཐན་ཆོས། གང་བདེན་དང་གནས་ལུགས་ཅན་
ལ་དོག་བཞིས་ག་ཅམ་བྱས་ཡོད། བཞུད་ཟིན་པའི་གྲོགས་པོ། འཇུག་བཞིན་པའི་ཕ་
ལུ། ད་དུང་གཟེབ་ནང་གི་བྱ་བྱ་དཀའ་པོ་ངའི་བླ་སྤང་ལ་འབྲིལ་ཡོད།

༡

ལོ་ངོ་འདི་དག་ལ། བོ་དྲ་ལ། སྟན་ངག་པ་དང་སྟོངས་རྒྱ་བའི་ཟིན་ཐོའི་
བརྗོད་བྱ་ཅམ་ལས་ཅི་ཡོད། ཟིན་ཐང་དང་གཟི་འོད་ལ་ཆག་གུམ་ཤོར་བའི་བོ་དྲ་ལ།
དར་དམར་དང་རླུང་དམར་ཁོད་ཀྱི་བོ་དྲ་ལ། བདེན་རྒྱན་དང་བཟང་ངན་ལ་དབྱེ་
ཞིབ་མེད་པའི་སོ་ལྟ་བའི་དོ་ཁང་བཅིགས་མ། ང་དང་བར་ཐག་རིང་དུ་བྱིན་སོང་།

༢

ལོ་ངོ་འདི་དག་གི་རིང་ལ། ལྷ་སའི་བར་སྐོར་དང་ར་མོ་ཆེའི་སྲང་ལམ་
དག་ནི་ཁ་ཆེ་ཆོང་བ་དང་ཇག་རྒྱན་ཆོའི་རྒྱ་ལམ་རེད། རྒྱན་དང་ཇི་བག་གིས་འཆོ་
བཞིན་པའི་གསར་འགོད་པ་དང་སྟེ་ཤན་པ་དག་གིས་ང་ཆོའི་ཡོད་ཆད་ལ་འཁྱོག་
བཤད་དང་རྒྱན་རིས་རྒྱང་རྒྱང་བྲིས་ཡོད། ལོ་ངོ་འདི་དག་ལ། སེམས་གཏམ་དང་
འཆར་གཞི་འགོད་ས་མེད་པའི་བར་བྲིས་དོག་མོ། མིག་ཟུང་ཅེར་ས་དང་ལག་ཟུང་
འདུ་ས་མེད་པའི་ལུང་སྟོང་བྱང་ཐང་དེར། ཅི་ཡང་མེད་ལ་ཅི་ཡང་མ་སྟོབ་པའི་
སྟོངས་རྒྱ་བ་དེ་ཆོ། མི་ལུ་ལ་གྱི་གཞི་འཛིན་དང་དག་ཞིང་ཞིག་གི་སྐྱ་མགོན་ཡིན།

མི་རིགས་ཀྱི་བདེན་སྟོབས།

།

དེ་རིང་གཤོང་དམར་བོད་པ་ཚང་གི་སེམས་གཏིང་གི་ཁྱེད་ལྟུང་འདི་མི་
རིགས་བར་གྱི་འགལ་འདྲུ་མིན་ལ། ཆེ་སློག་གི་གཤེད་མ་དེ་བས་ཀྱང་མིན། ངས་
རྒྱན་ཏུ་མེད་རྒྱ་དང་སྒོན་ས་དེ་ཞི་བདེ་ཡིན་ལ། རྒྱུ་དང་དཔུང་བ་མཉམ་གཤིབ་
ཀྱིས་འགོ་མཁན་དེ་དམག་དཔུང་དང་མེ་མདའི་ཅག་སྐད་རེད།

།

གཞུང་དང་གཞུང་འབྲེལ་ཡིན་མིན་ཀྱང་གྱིས་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་སྟོང་ལབ་
རིང་མོར་རྒྱགས་མཐའ་མེད། ཁོར་ལུག་འདིའི་གནམ་ས་བར་སྤང་ཀྱན་ཏུ་གཡོ་སྐྱེའི་
འཁོར་ལོ་སྐྱོར་བཞིན། རྒྱན་གྱིས་རི་མོ་འབྲི་རྒྱར་བྱེད་ཆོ་ཁ་འཆམ་ཁོག་མཐུན་བྱང་
ཡོད། ང་ནམ་རྒྱན་སྦྱིད་མདོག་ཁ་བོ་དང་བྱེད་ལ་བདེན་ཁ་སྟེར་དགོས་པའི་རྒྱན་
འབྲམས་ཀྱི་ནད་ཡམས་དེའི་ན་བྲག་ཡ་རྒྱུང་བྱང་ཁོག་ནས་བཀག་ཀྱང་མ་བཟོད་
པར་བྱིར་ལྷང་ལ་བྱུང་བ་རེད།

༡

ཁྱོད་ལ་ས་ཆེན་པོ་འདི་ཉུང་གིས་འཐུང་འདོད་ཀྱི་ཁ་སྟོ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད།
གདོང་དམར་བོད་པ་ཆང་གི་ཤ་གསེང་ཅུས་གསེང་གི་བྱངས་ཁྲག་རྩོན་མོ་ཁྱོས་ཉུང་
གིས་འཐུང་བ་མང་མེད་ན་ཉུང་མེད། ངའི་སྤྱིང་སྟོབས་དང་སྟོབས་པ་ཉམ་སོང་ན་
ཁྱོད་ཆོའི་རེ་བ་འགྲུབ་སོང་བ་རེད། ང་སྟུག་བསྐལ་གྱིས་མནར་བཞིན་པའི་འཕག་
འཆག་གི་ང་རོ་འདི་ས་སྤང་མཐོ་ས་ཞིག་ནས་ཀི་རྒྱངས་དང་བཅས་བཤད་ན་འདོད་
ཡོད། ལོ་ངོ་ལྔ་བརྒྱའི་རིང་ཕྱི་བཀྱིགས་ནང་བཀྱིགས་བྱས་པའི་མཇུག་འབྲས་རབས་
དང་རིམ་པར་འབྱུང་བཞིན་པ་ཆང་མས་ཏ་གོ་ནི་རེད།

༢

སློ་ཐག་ཅད་ཆོད་གིས་རང་ཉིད་ཀྱི་འདོད་སློ་དང་ཐོབ་ཐང་ལ་བཅི་བཀྱར་
བྱས་པའི་དར་ཆ་འཐུར་མཁན་དེ་རང་ཉིད་ཡིན། བདེན་རྒྱུན་དང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་
དཔུང་འཛིང་བར་ན་གནད་དོན་བཀོ་སླེང་བ་ཆོ་ཡོད་ནའང་། འགག་ཆ་ཐུག་ས་དེ་
རང་ཉིད་ཡིན། ངའི་དུས་ཆོད་ལ་ཕྱིར་འབྱུངས་མི་གཏོང་བར་འགོ་བ་མའི་ཐོབ་ཐང་
གི་བཞུད་ལམ་དེ་སྟེག་ཏུ་འཇུག་རོགས། ཁྱོད་གིས་བདེན་དཔང་མི་སྟོང་དང་འཛམ་
བྱ་སླིང་ཡོད་མེད་ལ་སྟུག་རྒྱུན་ལུང་བ་གང་གིས་འཁྲབ་སྟོན་བྱས་ནས་ཡོད་ཆད་ལ་
མགོ་སྐྱོར་བཏང་བའི་ཉེས་པ་ནམ་མཁར་མི་ཤོང་། ནམ་ཞིག་ཁྱོད་ཉེས་ཅན་གྱི་འགག་
ཐག་རིང་མོའི་ཨ་ལོང་ནས་ཐར་ས་ཨེ་ཡོད་སྟོས།

སྒྲིང་ཁོང་རུས་པའི་གཉིང་གི་ན་ཟུག་ནི་པོ་དེ་ད་ལོ་ལྷང་ལ་བྱད་པ་རེད།
 བསྐྱར་སྒྲོལ་དང་གསར་འགྱུར་རྒྱུ་མ་དག་གིས་མིའི་རིགས་ཀྱི་སེམས་ཁམས་
 དཀྱུགས་ནས་བྱད་སོང་། བོད་རྒྱུད་དང་གི་ཅེ་རེ་རྩལ་རྒྱུང་ཁྱོད་བཟོད་མི་ཐུབ་
 པའི་ལག་དམར་ཆང་གི་གཞོད་སེམས་ཀྱི་བྱ་སྒྲོལ་ཕྱིར་མངོན་ཡོད། ང་ཉི་སོང་རུང་
 ཤ་འཁོན་མི་བརྗེད་པའི་བྱོད་གཞིའི་ཁྲག་རྒྱུན་འདི་ཁྱོད་ཆང་གིས་བཞག་པ་རེད།
 མི་མི་ས་དང་བྱི་བྱི་སར་མི་འཛོག་པའི་དམར་འཛིང་དང་བཅན་འཛུལ་གྱི་ལོ་ཟླ་
 འདི་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྐྱུན་པ་རེད། རང་བདག་རང་སྤེལ། རང་ལུས་སྤངས་སྒྲོལ། ཁྱོད་ལ་ད་
 གུང་བཤད་རྒྱ་མང་པོ་མང་པོ་འདུག།

༡༠༠༥ལོའི་《བཅན་པོའི་སྒྲིང་སྟོབས་》སྒྲིང་བཀོད།

ཕྱི་ཁྱིམ་གྱི་ཞུ་བ།

ནམ་རྒྱུ་དང་ཆོའི་དགོན་པར་ཆབ་སྲིད་དང་འཛིན་ཏེན་གྱི་སྒྲིལ་མོལ་བྱེད་
 སའི་ཁོར་ལུག་ཆེན་པོ་མེད། རྒྱ་མཚན་ནི། ཞུ་དམར་དོ་རྩེ་འཆང་གིས་གདན་ས་
 འདིར་ཆོས་རྒྱུད་རྒྱུད་མ་གཏོགས་འཛིན་ཏེན་སྒྲིལ་མཁན་བྱུང་ན་དགོན་པ་འཛིན་
 སོང་ན་དགའ་ཞེས་གསུངས་ཡོད་པ་ནམ་རྒྱུ་ཆུན་ཆུན་པ་དག་གིས་སྒྲིལ་གི་འདུག ལུ་
 དུས་དང་ཕྱི་ནང་གི་འཆེ་བ། ཁོར་ལུག་བཅན་འཛུལ་སོགས་གཞོན་ཤུགས་གང་མང་
 ཞིག་གིས་དོ་རྩེ་འཆང་གི་སྒྲིལ་ཆོག་དེ་ཡང་། དང་པའི་ལུ་དུ་མི་འཛོག་ཐབས་
 མེད་རེད། ཉིས་སྟོང་བརྒྱད་ལོ་ནི་ལ་ལས་སྟོན་དགའ་དང་ལ་ལས་མིག་ཀྱི། ལ་ལས་
 གཡོ་སྒྲུའི་སྒྲོས་གར་འཁྲབ་སྐབས་ཤིག་རེད།

སྤྱི་ཟླ་འཕའ་ཆོས་ཀྱི་ཞུ་བ། ཕྱི་རྩོམས་ཀྱི་སྐབས་སུ་དགེ་བསྐྱོས་ནས་ཆོགས་

མང་ལ། སང་ཉིན་ཞོགས་པ་ཚུ་ཆོད་བཅུ་གཅིག་སྟེང་ཆོགས་འདུ་འཆོགས་སྐྱ་རེད།
 ཐམས་ཅད་དུས་ལྟར་ཐེབས་རོགས་གནང་ཞེས་བྱས། གྲ་མང་གིས་བཤད་པ་ལྟར་ན།
 ཉིན་དེར་གོང་རིམ་ལས་བྱེད་པ་དགོན་པར་ཡོང་ནས་རྩི་ཆ་དགོན་པར་ད་སྔ་ཆབ་
 སྲིད་ཀྱི་གནད་དོན་དང་གནས་ཚུལ་འདྲ་མ་བྱུང་བས་དཔལ་ལྷན་རྒྱུ་རྫོང་ཡོངས་ནས་
 ལུ་བཟང་དགོན་པའི་གྲལ་ལ་བཞག་ཡོད། སང་ཉིན་ཡུང་གནས་ཚུལ་འདྲ་མི་འདྲ་
 བྱུང་ན་མི་ཆོག་ཅེས་གཡོ་སྐྱུ་དང་རྩུན་གཏམ་གང་མང་ཞིག་འགོ་བས་སྐྱུང་བྱེད་ཆེད་
 དུ་སྐད་ཆ་འདྲ་མིན་འགའ་བཤད་ནས་བྱད་སོང་བ་རེད་ཟེར།

ཕྱི་ཉིན་སྤྱི་ཟླ་འཕའི་ཆོས་ཀྱི་རེད། རྩོན་ཆད་ནས་གསུམ་བཅུའི་དུས་དྲན་
 ཞེས་ཞེ་ཤ་ཡ་རྒྱུང་འཕྲིན་ཁང་ནས་བསྐྱགས་པ་ཐོས་ཐུང་། ཡིན་ནའང་རྩོན་ཆད་
 བས་ད་ལྟའི་བར་ལོ་རོ་ལུ་བཅུའི་རིང་གཞིས་བྱེས་གཉིས་ནས་༡༩༥༩ལོའི་ཟླ་འཕའི་
 ཆོས་ཀྱི་ཉིན་འདས་ཟེན་པའི་དཔལ་འོད་པལ་མོ་དག་ལ་རྗེས་དྲན་དང་མྱ་ངན་ལྷ་རྩུ་
 བརྗེད་ཡོད་ནི་མ་རེད། ཕྱི་རོ་དེར་ཆོས་གྲུའི་ནང་དུ་ཆོས་གོགས་པན་ཚུན་ནས། སང་
 ཉིན་རྒྱ་གར་ནས་བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ལྟན་ཆོགས་ཞི་བདེའི་ངང་ནས་རྩུར་བོད་ལ་
 ཐེབས་གི་ཡོད་ནི་རེད། ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་ང་ཆོར་དམ་དྲགས་ཆེ་བས་ཐམས་ཐེས་མི་
 འདུག མཆོན་མོ་དེར་ཡར་མར་ཐམས་ཅད་ལ་འདྲང་བརྒྱབ་ནས་འཆར་གཞི་ཡང་
 འགའ་རེ་བཅོས་སོང་།

ཕྱི་ཉིན་ཆོགས་འདུར་བརྗེ་རྒྱལ་གིན་འདུག མཁར་ཆེན་དང་མཁར་རྩུང་
 གཉིས་ཀ་བརྒྱུངས་སོང་། མཁར་རྩུང་ནི་གནད་འགག་ཆེ་དུས་མ་གཏོགས་རྩུང་སོལ་
 མེད། གྲ་བ་གཅིག་ཀྱང་ཆོགས་སར་མ་སོང་། གླུ་བས་དེར་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མདྲང་
 དགོང་ཡི་གེ་སྐྱར་འདུག་ཅེས་སྟེང་གི་འདུག ཡི་གེའི་ནང་དོན་ནི། སང་ཉིན་བོད་
 ཀྱི་དཔལ་འོད་པལ་མོ་ཐམས་ཅད་ལ་རྗེས་དྲན་དང་མྱ་ངན་ལྷ་དགོས་བའི་དུས་ཆེན་
 རེད། ད་དུང་བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ལྟན་ཆོགས་སང་ཉིན་ནས་ཞི་བདེ་གོམ་འགོད་བརྒྱུད་

ནས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ས་ལྷ་སར་ལམ་ལ་ཆས་ཉིན་རེད། ང་ཚོས་དེ་ཚོར་དགའ་བསུ་
 བྱེད་དགོས། ད་དུང་རྒྱ་ནག་གི་བཅན་གཞོན་འོག་ང་ཚོའི་རིག་གཞུང་ཅ་མེད་དུ་
 བཏང་བའི་བཟོད་མེད་ཀྱི་ན་རྒྱལ་འདི་གཞན་ལ་བཟོད་རན་རེད། ཅེས་བྲིས་འདུག་
 ཅེས་ཆོས་ཀྱོགས་པན་ཚུན་ནས་སྤེད་གི་འདུག། དེ་ནས་ཅུང་ཙམ་ནས་ཟླ་བ་ཚོ་
 རང་འགྲལ་གྱིས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་ནས་འཆོགས་ཏེ་ཤོག་སྐྱུ་བརྒྱུ་རྒྱུའི་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་
 བཞིན་འདུག། མཛོད་འདི་ན་གྲུའི་དགེ་བཤེས་འགའ་རེ་ནས་དགོན་པའི་གཡས་རིའི་
 ཅེ་ནས་བསང་ཞིག་བཏང་མ་ཐག། ཟླ་བ་ཚུན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ལྷ་རྒྱལ་འཐེན་པ་དང་།
 ཀྱི་སྤྱིའི་ཁྲོད་རང་དབང་གི་ཉི་མ་འཆར་དགོས། ཞེས་འབོད་སྐུལ་བཏང་། ཕྱོགས་
 ལག་གསུམ་ནས་རྒྱ་ཚོད་གཉིས་ཙམ་ལ་ཤོག་སྐྱུ་བརྒྱུ་བ། རྒྱ་མིའི་ལས་བྱེད་པ་
 རྒྱངས་འཁོར་གསུམ་བཞི་ལྟག་ཡོང་ནའང་དོ་སྣང་མ་བྱས་པར་མ་ཐུག་ནས། བོད་
 ཀྱི་དར་ཆ་འཕུར། རྒྱལ་བའི་ཞབས་བརྟན་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་དབྱངས་ལ་འཐེན་
 བཞིན་དགོན་པའི་སྤྱིང་བར་སྟོད་སྟོད་བར་གསུམ་དུ་ཕེབས། ཟླ་བ་ཚུན་ཉིས་བརྒྱ་
 ལྟག་འདུག། ལྷ་བས་དེར་རྒྱ་མི་ལས་བྱེད་པ་ཚོས་རྒྱངས་འཁོར་གྱི་ཉིན་བད་བརྒྱུ་བ་
 ནས་རྒྱལ་ས་ཅིས་བྱས་ཀྱང་རྒྱལ་ས་མ་ཐུག། རྒྱ་མཆན་ནི། ཁོ་ཚོའི་གྲལ་ན་བོད་རིགས་
 ལས་བྱེད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས། རྒྱལ་ས་མི་ཉན། ཁོ་ཚོ་ད་ལྟ་རྒྱང་གིས་ཡར་བཀྲགས་
 བསྐྱད་ཡོད་པས། དག་འཐབ་བྱེད་ནི་རེད། ང་ཚོས་སྤང་མེད་དུ་བཞག་ནས་བྱད་
 སོང་ན་དགའ་ནི་རེད་ཟེར་ནས་བྱད་སོང་བ་རེད། ཅེས་ཟེར།

དགོན་པའི་ནང་དུ་གསང་སྐུལ་བ་རེད་ཟེར་བའི་མི་དོགས་པ་ཅན་ཞིག་
 ཡོད་པ་དེའི་སྟོར་ལྷགས་བྲལ་བརྒྱུ་བ་དང་། ནང་དུ་ཤོག་སྐྱུ་འཕངས་པ། ཡི་གེ་སྐྱར་
 བ། མི་དགའ་བའི་རྣམ་འཕྲུབ་བསྟན་པས། ཁོ་དགོན་པར་སྟོད་མ་ཐུབ་པར་ཉིན་དེའི་
 ཕྱི་རྩོར་གར་སོང་མཐེས། འགའ་རེས་བཤད་ན་མཆན་མོ་དེར་ཁོའི་སྟོ་ཁར་རྒྱངས་
 འཁོར་རྒྱང་རྒྱང་ཞིག་འདུག་ཟེར། གང་ལྟར་མང་པོ་ཞིག་ཁོ་ལ་དོགས་པ་བྲལ་བཞིན་

འདུག ཉིན་དེར་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མི་རིགས་ཤིག་གི་ཆེད་དུ་ཅི་བྱུང་ན་བྱུང་བེད།
 བཅུན་ཆུང་ལོ་དགུ་ཅན་ཞིག་གིས། དེ་རིང་ནི་རྒྱ་དམག་གན་ཆོ་རྒྱལ་ས་བྱུང་ན་ང་
 རང་གི་འཐབ་བྱེད་རྒྱ་ཡིན། ང་ཆོ་ཐར་ས་ཡོད་ནི་མ་རེད། ང་རང་ཨ་མར་ངོ་མ་སྤྲུག་
 ཐམས། ཡིན་ནའང་འཁྱོད་པ་སྤྱུ་ཙམ་མེད་ཟེར་ནས་སྤྱན་ལ་རྒྱལ་ས་གི་འདུག འདི་
 ལ་བཞུགས་ན་དོན་དངོས་ཀྱི་སེམས་ནང་གི་ན་ལྷག་ངོ་མ་དག་གཞོན་བྱིས་པ་ཐམས་
 ཅད་ལ་ཡོད་པ་མཆོན་སྤྲུག། ང་ཆོས་ཕྱོགས་སོ་སོར་ཁ་པར་དང་བརྟེན་འཕྲིན་བསྐྱར་
 བྱས་གསལ་འདེབས་མི་ཉུང་བ་རེ་བྱས་སོང་། ཉིན་དེའི་ཕྱི་རོར་ལྷ་ཆང་དགོན་དང་
 མཐོ་ལས་དགོན། ཐར་བྱལ་དགོན་བཅས་ཡར་ལངས་བྱེད་རྒྱའི་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་བཞིན་
 འདུག་ཟེར། ཉིན་གུང་དེ་ཙམ་བྱས་ནས་མཆོམས་བཞག།

ཕྱི་རོ་ཆོས་གྲུའི་སྐབས་སོ་སོ་ནས་རང་འགྲུལ་གྱིས་ཡང་བསྐྱར་སྒོར་མོ་
 བསྐྱུ་ཆ་བརྒྱབ་ནས་ཤོག་སྤྲུག་ཤོས། རྒྱ་ཆོད་བརྒྱད་ནས་འགོ་བཅམས་ཏེ་རྒྱ་ཆོད་
 བཅུ་པ་བར་དུ་བརྒྱབ་བྱུང་། སྐབས་དེར་དགོན་པའི་འདེབས་དེར་རྒྱ་མིའི་ཆོང་ཁང་
 དང་བླ་ཁང་འགའ་རེ་ཡོད་པ་དེ་ཆོས་རྒྱུད་ལ་ཁ་པར་བཏང་སྟེ་རྒྱ་ཆོད་དགོན་པ་ཡར་
 ལངས་བྱས་ཏེ་ཁོ་ཆོར་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་གི་འདུག་ཅེས་རྒྱ་ནག་གཏམ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཡར་
 བྱེད་བྱས། སྐབས་དེའི་མགོ་ཟུ་བར་གསུམ་ཐམས་ཅད་དུ་ང་ཆོས་ཞི་བདེའི་ངང་བྱ་
 འགྲུལ་དེའི་རིགས་སྟེལ་བ་མ་གཏོགས་དག་ཆས་དང་དག་པོའི་ངོ་སྟོན་བྱེད་རྒྱའི་
 འཆར་གཞི་དང་ཐབས་བཀོད་གཅིག་ཀྱང་མེད། རྒྱ་མི་དང་རྒྱ་མིའི་ཕྱོགས་ལ་ལག་
 རྟོག་གཅིག་ཀྱང་བརྒྱབ་མེད། ཤོག་སྤྲུག་ནི་ང་ཆོས་བོད་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ལྷན་ཆོགས་ལ་
 དགའ་བསུའི་ཆེད་དུ་བྱུལ་བ་ཡིན། སྤྱིར་ན་གསུམ་བཅུའི་དུས་དྲན་ནི་ང་ཆོས་ལ་
 ངན་ལྷ་རྒྱའི་དུས་ཆོགས་ཡིན་པས་ང་ཆོས་སེམས་ཁོང་ནས་བཞེད་མི་སྤྲུག།

ཕྱི་ཉིན་ཆོས་ཀྱི་ཉིན་ནས་རྒྱ་དམག་མང་པོ་དགོན་པར་སྟེབས་བྱུང་། སྤྱིར་
 བ་ཆོས་ཀྱི་ཉིན་གྱི་མཆན་མོའི་རྒྱ་ཆོད་བཅུ་གཉིས་སྟེང་དགོན་པའི་མཐའ་སྒོར་དུ་

དམག་མི་སྟོང་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱོར་འདུག་ཅེས་བཤད་གི་འདུག། དགོན་པའི་ཁྲི་བ་
 དང་སྒྲ་མ། ལས་སྒྲེ་དག་བསྐྱུས་ནས་སྒྲིགས་དཔྱད་དང་དག་སྟོང་བཀོལ་ཅིས་བྱས།
 ཁ་སང་ཡར་ལངས་བྱེད་མཁན་གྱི་འགོ་གཙོ་སུ་ཡིན་ཤོད། ཁྱེད་ཉ་གོ་ཡོད་ཤོད། ཁྱེད་
 ཆོ་སྐབས་དེར་དེ་དག་གི་ཐག་ཉེ་ན་ཡོད་པ་ང་ཆོས་ཤེས་ཡོད། ཅེས་བཅན་འཇུགས་
 ལྷ་ཆོགས་བྱས་ཏེ་ཡང་ན་ཁྱོད་ཆོ་འདྲིན་བཟུང་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཟེར། ཡིན་ནའང་དགོན་
 པའི་ལས་སྒྲེ་དག་གིས་ང་ཆོས་བྱ་བ་མ་འཁྱོངས་པ་རེད། ང་ཆོ་ཁ་སང་གི་བྱ་འགྲུལ་
 དེའི་ཆེད་དུ་བཅོན་ཁང་དུ་ཁྲིད་ན་ཆོག་ཅེས་དགོན་པའི་གཙོ་བདག་ཆོག་ཡེ་ཤེས་
 རྒྱ་མཆོས་དེ་ལྟར་བཤད། ཡིན་ནའང་ཁྲི་བ་སྒྲ་མས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་གྲུ་བ་ཐམས་ཅད་
 ཀྱིས་ལྟ་མོ་བལྟས་ནས་འདུག་ནི་མ་རེད། འཐབ་འཁྲུག་དང་རྟོག་ཏུ་ཆེན་པོ་ལངས་
 རྒྱ་ཡིན་ནི་རེད། ཅེས་ལས་བྱེད་པ་དང་ཁོ་ཆོར་བར་འདུམ་མཛད། རྒྱ་མི་ལས་བྱེད་པ་
 ཆོས་བཤད་རྒྱར། ཁ་སང་ཤོག་སྐྱག་རྒྱག་མཁན་གྱི་འགོ་གཙོ་སུ་ཡིན་བཤད་རྒྱ་དང་།
 ཡང་ན་ཨོ་ལི་མ་ལིས་ཁི་འཆོགས་རགས་བར་དུ་དགོན་པ་དམག་གིས་བཟུང་ནས་
 འདུག་རྒྱ་ཡིན། དེ་མི་འདོད་ན་དགོན་པའི་སྒོ་རྒྱག་རྒྱ་ཡིན། ཞེས་འདིགས་སྐྱུ་ལ་ཡང་
 ཡང་བཏང་། དེ་ཉིན་བཅན་དབང་གིས་བན་དེ་ལོ་གསུམ་ཡས་མས་ཅན་ཉི་ཤུ་ལྷག་
 བསྐྱུས་ཏེ་སོ་སོར་སྒྲིག་འདི་དང་སྐད་ཆ་འདྲ་ཞི་ལོན་བལྟས། ཡིན་ནའང་བཅུན་ཚུང་
 གཅིག་གི་ངག་ལས་ཀྱང་མ་ལོན། དེ་ནས་གྲུ་ཤག་སོ་སོར་སོང་ནས་མིང་ཐོ་བཀོད།
 འདྲ་པར་སྒྲངས། དགོན་པའི་གཡས་གཡོན་དང་མདུག་རྒྱབ་ཀྱི་ལམ་འགག་སོ་སོར་
 རྒྱ་དམག་གིས་བཟུང་། ཁ་པར་ཡོད་ཆད་ལ་ང་ལམ་ནས་སྒྲིག་ཉན་བྱས། ཉིན་མཆན་
 ཀྱན་དུ་དགོན་པའི་སྤིང་བར་དང་སྐྱོར་ལམ་སོགས་སུ་ཡི་གེ་སྐྱར་ཡོད་མེད་ལ་ཞིབ་
 བཤེར་བྱས།

སྐབས་དེར། ལྷ་ས། སི་ཁྲོན་གི་དགོན། རྒྱ་བྱང་སོགས་ཕྱོགས་སོ་སོར་ཞི་
 པའི་ལས་འགྲུལ་སྒྲེལ་བཞིན་པ་གོ་བྱུང་། དགོན་པའི་སྤིང་སྐྱར་ལ་རྒྱ་དམག་འགའ་

རེའི་རོགས་ལ་གྲུ་བ་འགའ་རེ་ངེས་པར་འགྲོ་དགོས་ཞེས་བཅན་དབང་གིས་ཁྲིད།
 སྤྱིར་ན་ང་ཚོའི་དགོན་པ་འདྲིར་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཆབ་སྲིད་གྱི་ལས་འགུལ་དེ་འདྲ་
 ཆེན་པོ་བྱང་མ་མུང་བས། གྲུ་བ་ཐམས་ཅད་དང་ལས་སྣེ་དག་སེམས་ལང་ལོང་བར་
 འགྱུར་བཞིན་འདུག བྲི་བ་སྒྲུ་མ་དང་དགོན་པའི་གཙོ་བདག་ཚོགས་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་
 གཉིས་རྫོང་ཐོག་ལ་ཁྲིད་ནས་དྲག་ཆས་དམག་དཔུང་ལ་ལྟ་རུ་བརྟུག་ནས་འཛིགས་
 བསྐྱེད། བྱིང་ཚོའི་དགོན་པས་ད་ལོར་བྱིང་འཁྲུག་བསྐྱངས་པ་རེད། མདོ་སྨད་ནས་
 རྩི་ཆ་གཙོ་པོ་རེད། ལྷ་ས་ནས་འབྲས་སྐྱངས། ཞེས་སྡིག་དམོད་སྣ་ཚོགས་བྱས། དམག་
 མི་སྟོང་གཉིས་ལྷག་གིས་དགོན་པ་བསྐྱོར་རྒྱུ་ཡིན། ཞེས་བཤད། དེ་ནས་ཉི་མ་རེ་རེ་
 བཞིན་དམག་མི་དང་ལས་བྱེད་མང་པོས་དགོན་པར་བསྐྱོར་བ་རྒྱག་གི་འདུག

ནམ་རྒྱུན་གཉིས་པའི་མཚོད་མའི་ལོས་སྐྱ་དང་འབྲེལ་མི་ཚོགས་གཅིག་
 གྲང་འདུ་འཛོམས་བྱང་དུ་མ་བརྟུག་པར་བཀག་སོང་། རྒྱ་མིའི་ལས་བྱེད་པ་འདི་དག་
 གིས་བྱ་བ་ཆེ་ཆུང་གང་ཞིག་སྤེལ་ནའང་། འབངས་མི་སེར་གྱི་བསམ་སྒྲོལ་དཀྱུགས་
 བྱེད་རྒྱུ་རྒྱུང་མ་གཏོགས་གཉེར་གྱི་མི་འདུག གྲུ་བ་སྐྱ་དང་སྐྱ་ལ་ཁ་བརྟུག་ནའང་
 སེམས་སྒྲོལ་བའི་སྤང་བ་ཞིག་མ་གཏོགས་བཤད་རྒྱུ་མེད དགོན་པའི་ལས་སྣེ་དག་ནི།
 ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་རྒྱ་མི་ལས་བྱེད་དག་གིས་བཅན་སྐྱད་དང་དཔའ་སྐྱད་བཤད་ས་
 ཞིག་རེད། སྤྱི་ཁྱེད་འཕེལ་ཆེས་ཀྱི་ཉིན་བྱིང་ཚོས་བྱིང་འཁྲུག་བསྐྱངས། དེའི་རྗེས་ནས་
 བྱིང་ཚོར་གྲགས་འགུལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་བསྐྱད་འདུག འདི་བྱིང་ཚོའི་གྲས་ན་ཆབ་
 སྲིད་པའི་བསམ་སྒྲོལ་ཅན་ཞིག་ཡོད་པའི་རྟགས་རེད། མི་དེའི་རིགས་ང་ཚོར་ངེས་
 པར་ཅིས་སྒྲོད་བྱེད་དགོས་ཞེས་ཚོད་མེད་དང་འཛིན་ཐག་མེད་པའི་སྐྱད་ཆ་ཡང་
 བཤད་གི་འདུག དང་ཐོག་རྒྱུང་སྟོད་གཡེང་རེད་བསམ་ནའང་ཉིན་རེ་བཞིན་གཉེར་
 གཞོན་དང་བཅན་ཤུགས་རེ་དྲག་རེད། ཉིན་ཞིག་ང་ཚོར་ཚོས་གྲུའི་སྐབས་ལྷ་སར་
 བྱིང་འཁྲུག་བསྐྱངས་པ་དེར་ངོ་རྒྱུ་གྱི་ཡི་གེ་འབྲི་དགོས་ཟེར། དེ་མ་ཐག་གྲུ་བ་

ཐམས་ཅད་ཆོས་གྲུའི་གཡས་གཡོན་གྱི་སྒོ་ནས་ཕྱིར་རང་རང་སར་བུད་སོང་།

སྤྱི་ཟླ་༡༥འི་ཆོས་༡༥ཉིན་ལྷ་སར་གཏོར་སྐྱོན་གཏོར་བཞིན་པ་ཞིག་བརྟན་འཕྲིན་ལ་ཤར་དུ་བརྟུག་ནས་མ་རུང་བ་དང་འཛིགས་སྒྲུལ་རིང་ལུགས་པ་ཡིན་ཚུལ་བཤད། གྲུ་བ་འགའ་ཤེས་ནས། འདི་རྒྱུན་མ་རེད། ཆོས་༡༠ནས་༡༡བར་གྱི་དེ་མི་སྟོན་པར་འདི་རྒྱང་རྒྱང་བསྟན། ཆོས་༡༡ནས་ལྷ་སར་སེའུ་འབྲས་དགེ་གསུམ་ཡོངས་དཔྱད་མིས་བསྐྱོར་ནས་གཅིག་ཀྱང་འགྲུལ་ས་མེད་པས། ཆོས་༡༥ཉིན་འདི་འབྲའི་དོན་རྒྱུན་ཞིག་གཏན་ནས་བྱུང་ཐུག་མ་རེད། དེ་དུས་དྲག་ཆས་དཔྱད་དཔྱད་དང་དེ་དག་གང་ལ་བུད་སོང་བ་རེད། འདི་རྒྱུན་མ་རེད་ཅེས་བཤད་ཅིས་བྱས་ནའང་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ནག་ཉེས་དེས་ང་ཚོར་མི་གསོད་ཀྱི་ལག་དཔལ་ལྷ་བྱུར་བསྐྱར་ཉིན་ཡོད་ཟེར་མཁན་ཡང་ཡོད། ང་ཚོ་སློལ་མཐུན་ཕྱོགས་འགའ་ཤེས་ཆོག་ནས། སྤྱིར་ན་ང་ཚོ་སོད་ཀྱི་དཔལ་སོད་དཔལ་མོ་དག་གིས་རང་སྟོག་སྟོས་བཏང་བ། ཡང་བསྐྱར་ཁ་སང་དེ་རིང་མིག་མཐོང་ལག་ཟིན་གྱི་གནས་ཚུལ་འདིའི་ནང་དུ་ང་ཚོའི་ཆེད་དུ་ཆེ་སྟོག་ཤོར་སོང་བ་དང་། གྲུ་སེའུ་འབྲས་དགེ་གསུམ་གཙོ་མཛད་པའི་དགོན་པའི་དགོན་སྡེ་ཡོད་ཆོད། བཙོན་མ་ལྷ་བྱུར་དྲག་ཆས་དཔྱད་དཔྱད་གིས་བསྐྱོར་ནས་ཡོད་སྐབས་འདིར། ང་ཚོས་དེ་དག་ལ་ཞབས་འདེགས་རེ་སྒྲུབ་མི་ཐུབ་ནའང་། ཞབས་འདེན་གཏན་ནས་མི་བྱེད་རྒྱུའི་དཔལ་བཅའ་བཞག་པ་ཡིན།

དགེ་ཆུན་སོ་སོའི་ངོས་ནས་དགེ་ལུག་གིས་ཟིང་ཆ་མི་སྒྲོང་རྒྱུའི་ཁག་ཐེག་བྱེད་དགོས་ཟེར། བཟང་ངན་གང་ཡིན་མི་ཤེས་མོད་དགེ་ཆུན་ལ་ལས་དགེ་ལུག་ཚོར་ཁྱེད་འབྲའི་དཔལ་སོག་ཅིག་རེད། ང་འབྲའི་སྐྱོན་པོ་བརྒྱ་ཡོད་པས་ཐུབ་ནི་མ་རེད་ཟེར། དེང་སང་མང་ཆེ་བས་ང་ཚོའི་མི་རིགས་འདིའི་ཆེད་དུ་སྤེལ་བའི་ཞི་བདེའི་བྱ་འགྲུལ་ཐམས་ཅད་དཔལ་ཡོད་མེད་དང་སྤྱིར་སྟོབས་ཡོད་མེད་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་གི་འདུག དེ་ནི་ཞོར་བཞིག་རེད། ང་ཚོ་འཕྲད་ཁྱེད་ཀྱིས་ཅུ་འཕོད་

བྱས་པ་ཡིན་མ་གཏོགས་དཔའ་རྟགས་འདྲིལ་འདྲིལ་ཡོད་ནི་མ་རེད། དཔའ་རྟགས་
 དང་སྒྲིང་སྒྲིབས་ངོམ་སའི་ཁོར་ལུག་ནི་འདི་འདྲ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་རེད། ང་ཚོས་
 མུ་དན་དང་རྩེས་དན་ལྷ་སྐབས་དཔའ་རྟགས་འདྲིལ་འདྲིལ་མཁན་སྐབས་དེར་པལ་
 ཆེར་ཡོད་རྒྱ་མ་རེད་བསམ། བམ་རྒྱུན་སྒྲིང་འདྲགས་དང་དབེན་གནས་འདི་འདྲ་
 ཞིག་དྲག་ཆས་དམག་དཔུང་གིས་བསྐྱོར་ནས། ང་ཚོའི་སེམས་ཁམས་དགྲིགས་ཅི་
 ཐུབ་བྱེད་གི་འདུག ང་ཚོར་མཆོན་ཆ་མེད། ང་ཚོར་གོ་ཆ་མེད། ང་ཚོར་འཐབ་འཁྲུག་
 གི་འཕྱུལ་ཆས་མེད་ན་ཡང་ཁོ་ཚོས་ང་ཚོར་ཉིན་མཆོན་མེད་པར་བསྐྱོར་དགོས་དོན་
 ཏེ་གོ་མེད། ང་ཚོར་བེད་ཆ་དང་འདྲིགས་སྒྲུལ་བྱེད་དོན་གྱི་ཆ་ཆུབ་ཅི་ཡང་མེད། ང་
 ཚོས་མནར་གཅོད་དང་སྒྲུག་བསྐྱེད་དེ་དག་ངོས་བེད་སོང་ན། དེའི་རིགས་སེལ་རྒྱུའི་
 ཐབས་ལམ་ལ་འབད་རྒྱ་ནི་སོ་སོའི་འོས་འགན་རེད། དེ་ལྟར་བཅན་གཞོན་འོག་གྲ་
 བཅུན་དག་ཡར་མར་ལ་འགོ་སྐབས་མིང་ཐོ་འགོད་པ་དང་ཞིབ་བཤེར་སོགས་བྱས་
 རྩེས་འགོ་རུ་བཅུག།

སྒྲ་གཅིག་གི་རྩེས་སུ་ཞིང་ཆེན་དང་ཁུལ། རྫོང་གི་ལས་བྱེད་པ་དང་ཉིན་
 རྟོག་པ་སོགས་སྒོ་བྱར་དུ་ཐོན་ནས་སྒྲ་བ་གཅིག་ལྟག་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས། དེའི་
 རྩེས་སུ་ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་ཆོགས་འདུ་འཆོགས། ཆོགས་འདུའི་སྐབས་སུ་མ་སྐབས་
 མགོན་རིན་པོ་ཆེར་ངོ་རྒོལ་དང་། བོད་ཀྱི་ལས་དོན་ཐད་ལ་དགག་པ་བརྒྱབ་སྟེ་
 བརྟན་འཕྲིན་ནང་དུ་བཤད་པ་དེ་བསྐྱར་བཤད་བྱས་སོང་། དུས་ཆོད་ནང་ལྟར་མ་
 ཐོན་ན་འདྲིན་བཟུང་བྱེད་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་འདྲིགས་སྒྲུལ་གཏོང་བཞིན་མཆིས། དོན་
 གྱིས་ཁོ་ཚོས་འདྲིན་བཟུང་བྱེད་རྒྱ་འགའ་རེ་འཆོལ་བཞིན་ཡོད་པ་འདྲ། ང་ཚོ་གྲ་
 བཅུན་སོ་སོ་དང་དགོན་པའི་གཙུག་པོ་མཇུག་གཙུག་མཇུག་པའི་རྒྱན་པ་ལས་སྟེ་སོ་སོའི་
 སེམས་ནང་ན་བཟོད་མི་ཐུབ་པའི་ན་རྒྱག་དང་བཟོད་མི་ཆར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་རེ་
 ཡོད་དོ།

བའི་མི་ལ་ནང་གི་གསུམ་གཅིག་བཞི་འདྲ་བར་སྟེན།

གསུམ་གཅིག་བཞི་འདྲ་བར་སྟེན་ཕྱང་དུ་སྟེན། དོན་སྟེན་དེ་ནི་རྒྱ་ཆེན་པོ་
 བྱས་ནས་ཕྱང་བ་རེད། དེའི་རྒྱ་སྟེན་བཤད་ན། དཔེར་ན། དེའི་སྟེན་༡༠༠༥ལོར་རྒྱལ་
 གཅིས་ཆོས་གཅིས་ཀྱི་སློབ་གསོ་གཏོང་དུ་སྟེན། བོད་འདི་ཡོན་རྒྱལ་རབས་སྐབས་
 བྱས་རྒྱ་ནག་གི་མངའ་ཁོངས་ཡིན་ཚུལ་བཤད་ནི་རེད། དེ་དུས་སློབ་གསོ་དེ་དང་
 ལེན་མ་བྱས་པར་འཕེལ་རྒྱས་དང་དག་དབང་རྣམས་ཀྱིས་སོགས་སྟེ་བ་ལྟ་བུར་བ་
 རེད། དེ་དག་གཏོང་དགོས་ཚུལ་བཤད་ནས་ཡང་ཉིན་བཞི་འདྲ་བར་ལ་དོ་རྒྱལ་བྱས་
 པ་རེད། དེའི་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེར་ཨ་རིས་གསེར་གྱི་རྟགས་མ་སྟེན་སྐབས་སྟེ་
 ཡང་འབྲས་སྟངས་ནས་ལྷ་ཁང་ཁམས་ཆོན་སོ་སོར་རང་འགྲུལ་གྱིས་དགའ་བསྟེན་

ནམ་པའི་སློ་ནས་ས་ཅི་དཀར་པོ་བྱགས་ནི་རེད། དེའི་སྐབས་སུ་ཡང་ཟང་ཟེང་འདྲ་བྱས། འདི་འདྲའི་གནས་ཚུལ་རིམ་པ་གཉིས་བྱང་བ་ནས་བཟུང་བྲ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ལ། གསུམ་བཅུའི་དུས་དྲན་སྐབས་སུ་ཡར་ལངས་བྱས་ཆོག་པ་དང་སྐྱག་མི་དགོས་པ། ཉམས་ཁྱོང་ཡང་ཐོབ་ཡོད་ནི་རེད། བྱོས་བསྐྱར་འདྲ་བྱེད་མི་དགོས་པའི་སེམས་བྱགས་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཆགས་འདུག

སྤྱི་ལོ་༡༠༠༥ལོའི་ལྷ་༡པའི་ཆེས་༡༠ཡི་ཟླ་ཉིན་གྱི་བ་ཚུང་ཚུང་འགའ་རེ་ནས་སང་ཉིན་གསུམ་བཅུའི་དུས་དྲན་རེད་ཟེར། ངས་སང་ཉིན་བསང་ཞིག་སྤུལ་དགོས་རྒྱུ་རེད་ཅེས་བཤད། དོ་སྤང་ཆེན་པོ་མ་བྱས། རྗེས་ནས་བཤད་ན་གྲ་བ་འགའ་རེས་སང་ཉིན་ཡར་ལངས་བྱེད་ཅེས་དེ་འདྲ་བཤད་ནི་རེད་ཟེར། ཕྱི་ཉིན་ངས་ནི་གསུམ་བཅུའི་དུས་དྲན་ཡིན་པ་བརྗོད་སོང་། ཉིན་གུང་ཆོས་གྲུར་འགོ་བསམ་ནས་རྟགས་གསལ་ཞིག་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ནས་ཆོས་གྲུར་སོང་། ཆོས་གྲུའི་སློ་ཁར་ཐོན་དུས་གྲ་བ་ཆོ་ཆོས་གྲུར་འགོ་གི་མི་འདུག སློ་ཁའི་གཡས་གཡོན་དེར་སློར་ཆོགས་སློར་ཆོགས་བྱས་ནས་བསྐྱད་འདུག ངའི་བསམ་པར་ཡང་རྒྱ་མིའི་ཆོགས་འདུ་ཡོད་རྒྱ་རེད་བསམ། ཆོགས་འདུ་ཡོད་ན་ཕྱིར་ཡོང་བསམ་ནས་འགོ་དུས་ཆོགས་འདུ་ནི་མི་འདུག ཆོས་གྲུར་འཆོགས་དུས་ང་ཆོས་འདི་ན་གྲུར་གྲ་བ་མང་པོ་མི་འདུག གྲ་བ་བྱེད་ཀ་ཐེབས་མི་འདུག སྐབས་དེར་དགེ་བསྐྱོས་ཁྲིམ་ནས་ཆོས་གྲུའི་སློ་ཡང་བརྒྱབ་དང་ཐལ། ཅུང་ཟད་ནས་ཆོས་གྲུ་གོལ་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་གྲ་བ་འགའ་རེས་ཐན་ཚུན་ལ་རྩོལ་ཅལ་ཐང་ལ་འགོ་རྒྱུའི་བརྩོལ་འདྲ་སྟོན་གི་འདུག ང་རང་གྲ་ཤག་ལ་ཡོང་སྐབས་གཡས་གཡོན་དེར་གྲ་བ་མང་པོ་འདུག ཁ་ལ་མ་བྱས་པར་བྱད་སོང་། དེ་ནས་གྲ་བ་མང་པོ་མར་རྩོལ་ཅལ་ལ་སོང་། གྲ་བ་ལ་ལ་ཆོས་གྲུར་མ་སོང་བར་རྩོལ་ཅལ་ཟ་ཁང་ལ་སོང་ནས་ཕྱིར་ཡོང་སྐབས་གྲ་བ་མང་པོའི་གསུ་སུ་ཚུད་ནས་ཕྱིར་རྩོལ་ཅལ་ལ་སོང་། ཆང་མ་ཡར་ལངས་བྱས་ནས་བྱང་ཐལ་ཟེར། རོ་མ་འདིགས་རུང་རེད་བསམ་

སོང་། དགོན་པ་ནས་ཡར་ལངས་བྱས་ནས་ཉམས་སྤྱོད་ཡོད་ཀྱི་ དཔག་པོ་ཡང་མི་
བཅའ་གི་བཅོས་ས་ཡང་མི་འགོ་གི། ད་ལྟ་སར་ཐོན་སོང་ན་འགྲིག་ཡོད་ནི་མ་རེད།
མ་སོང་ན་གྲུ་བ་ཆོའི་ཡང་ངོ་ཆ་རེད། ད་འགོ་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་ན་རྒྱ་དཔག་གིས་འགྲོ་
འཇུག་ནི་མ་རེད། བཅན་དབང་གིས་འགོ་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་ན་གཙང་རྒྱ་དང་བཅོན་
འཇུག་མནར་གཅོད་བྱེད་ནི་རེད་བསམ་ནས། འདང་རྒྱག་ཆེན་པོ་ཡོང་གི་ གླུ་ཆ་
ནི་སྒྲ་ཆོག་གས་གོ་ཐལ། གྲུ་བ་ཆོ་ཡང་དུམ་བུ་གསུམ་དུ་ཆད་སོང་བས། གྲུ་བ་གསུམ་བརྒྱ་
ལྷག་འགག་སྒྲིའི་ལས་ཁུངས་བར་དེར་ཐོན་འདུག་ཟེར། འདམ་བག་ན་གྲུ་བ་བརྒྱ་
ལྷག་ རྫོང་བཅའ་ན་བརྒྱ་ལྷག་འདུག་ཟེར། བར་མཆམས་བར་མཆམས་ནས་དཔག་
གིས་བཀག་དང་ནི་རེད།

ཉིན་དེར་གསུམ་བརྒྱའི་དུས་དྲན་ཡིན་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཕྱི་སྤྱི་བ་གཉིས་མ་
གཏོགས་འབྲུལ་བ་གཅིག་ཀྱང་མཐོང་རྒྱུ་མི་འདུག། རྫོང་བཅའ་ནས་མར་འགོ་སྐབས་
ཕྱི་སྤྱི་བ་དེ་གཉིས་ལ་ང་ཆོས་ཞི་བའི་ངོ་མོལ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ནི་རེད། འདྲ་པར་
ཡོངས་ཞེས་གྲུ་བ་འགའ་རེ་ནས་བཤད་སོང་ཟེར། ཉིན་དེའི་གནས་ཚུལ་ནི་ཕྱི་སྤྱི་བ་
བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་མ་གཏོགས་སུས་ཀྱང་མ་མཐོང་ནི་རེད། ཕྱི་སྤྱི་བ་བ་དེ་གཉིས་
ཀྱི་གླུ་ཆ་ནི་ཨ་རིའི་རྒྱུང་འཕྲིན་ཁང་ནས་བསྒྲགས་སོང་། གྲུ་ཤག་ནས་བསྐྱེད་ན་
ལེམས་འཆབ་ནས་སྤོང་མི་ཐུབ་པས། མར་རྫོང་བཅའ་ལ་འགོ་དུས་གྲུ་བ་མང་པོས་
གླུ་བརྒྱབ་ནས་ཁུར་ཡོང་ཡོང་བྱེད་བཞིན་འདུག། རྒྱ་མི་པམ་པར་རྒྱོབ། ང་ཆོར་རང་
དབང་དགོས། ཞེས་སྒྲ་ཆོག་གས་བཤད་བཞིན་འདུག། ད་ངོ་མ་འཛིག་གས་པོ་རེད། དགོང་
མོ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ཚུར་སྒྲོག་བཀར་ན་གསལ་པོ་རེད། ང་རང་གིས་ཆོང་ཁང་གི་
སྤང་བར་དེར་བརྟན་རེ་སྤངས་ནས་བསྐྱེད། དེ་ནས་ཕྱིར་གྲུ་ཤག་ལ་ཡོང་ནས་རུང་
ཟད་འགོར་བའི་རྗེས་ནས་གོལ་ཐལ། ཐལ་ཆེར་མཆམ་མོ་དུས་ཆོད་གཉིས་ལས་མས་
རེད།

སྐབས་དེར་རྡོ་བཅལ་ནས་ལུང་ཡོང་ཡོང་ཡར་ཐོན་ཐལ། ཉིན་དེར་རང་
སྦྱོང་ལྗོངས་ཀྱི་འགོ་བྱིད་ཡང་ཡོང་ནས་སྒྲིབ་ཆ་མར་བཤད་ཚུར་བཤད་བྱས་ནི་རེད་
ཟེར། ལྷ་བ་སྒྲོར་ཞིག་དམག་མང་གིས་ཀོར་ཀོར་བྱས་ཏེ་བསྒྲོར་ནས་འཛིགས་བསྐྱེད།
ཟུངས་འཁོར་ཞིག་གི་ནང་དུ་ལྷ་བ་གང་བཅུག་ནས་ཕྱིར་རྡོ་བཅལ་ལ་བྱིར་ཡོང་། ང་
ཆོའི་ཁམས་ཆན་གྱི་ལྷ་བ་ཞིག་ཉིན་དེར་ལྷ་སར་སོང་ནས་ཕྱིར་ཡོང་སྐབས་འདམ་
བག་ན་དམག་གིས་བསྒྲོར་འདུག། དེར་ཨ་ཡེ་ལོ་ལོན་ཞིག་གིས་ད་བྱིད་རང་དགོན་
པར་སོང་མ་སོང་མེད། དགོན་པ་ན་ལྷ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད་ཆར་སོང་། དགོན་པ་སྦྱོང་
བ་ཡིན་ཐག་ཆོད་ཡིན་ཟེར།

ཕྱི་ཉིན་ཡང་ཆོས་ལྷ་འཆོག་སྐྱེད་དུས་ཆོད་དེར་སྒོ་མང་ལྷ་ཆང་གི་བྱུར་
ཁ་དེར་ཨ་མདོའི་ལྷ་བ་སྒྲོར་ཞིག་གིས་ཆང་མ་རྡོ་བཅལ་ལ་འགོ་ཟེར་ནས་བྱུང་ཐལ།
ད་འགོ་བསམ་ནས་མར་སོང་དུས་ལྷ་བ་མང་ཆེ་བ་ཡོང་མེད་པས་རིམ་གྱིས་ལྷ་མང་
འདུས་ཡོང་ཐལ། དང་ཐོག་འགོག་སྐྱེད་ནན་མོ་མ་རེད། དམག་མི་ཆོ་ཡང་ཐར་ཐོར་
འདྲ་བྱས་ནས་བསྐྱེད་འདུག། སྐབས་དེར་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་ཟེར་བའི་ལྷ་བ་
སྦྱོན་པ་དེས་སོར་བ་ཞིག་བཟུང་ནས་ཞོལ་གི་ཟ་ཁང་ནང་དུ་འགོ་བའི་ལམ་བར་དུ།
རྒྱ་དམག་གིས་བཀག་ནས་འགོག་མ་ཐུབ་པར་གཅར་རྒྱུང་འདྲ་བྱས་ཐལ། ལྷ་བ་ཆོས་
ལས་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་ང་ཆོས་འགོ་བྱིད་ནི་མིན། ལྷ་བ་གན་ནད་པ་རེད། དེ་འདྲའི་
གཅར་རྒྱུང་བྱས་ན་འགྲིག་གམ་ཞེས་ཟེར། ལས་བྱེད་པ་དེས་ཀྱང་དམག་ཆོར་དེ་འདྲ་
མ་བྱེད་ལྷ་བ་དེ་ནད་པ་རེད་ཅེས་བཤད་ནའང་གོ་བ་མི་འདུག། དེ་ནས་ལྷ་བ་ཐམས་
ཅད་གོང་ཞོལ་བྱས་ནས་རྒྱ་དམག་དང་ལྷ་བའི་བར་ལ་འཁྲུག་ཆོད་ཆེན་པོ་བྱུང་དང་
ཐལ། སྐར་མ་ལྔ་དུག་བར་དུ་ལྷ་བ་ཆོས་བརྒྱབ་ཐལ། དམག་གིས་རྡོ་འགོག་གི་ཤེལ་
སྒོ་དེ་བཟུང་ཡོད་པས། ལྷ་བ་ཆོས་དཔུག་རྡོས་བརྒྱབ་ན་ཡང་ཤུགས་ཆེན་པོ་མི་ཕོག་
དུས་ཆོད་བྱེད་ཀའི་རིང་བཞུགས་ནས་བསྐྱེད་ན་ཡང་ལྷ་བའི་ནད་ནས་ངར་ཆེན་

འགའ་རེ་ཡང་ལངས་ནས་རྒྱགས་ན། ཡང་ཤུ་བ་ཐམས་ཅད་རྒྱགས། རྒྱག་རེས་བྱེད་
བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་སྤྲི་ཞིག་གྲགས་ནས་བསྟན་འདོག་གི

སེམས་ལ་དེ་རིང་ནི་བོ་འུ་ཤུ་རྒྱ་གཞིར་རྒྱ་རེད། བོ་འུ་བརྒྱབ་ན་འབྲོ་ས་
ཞིག་ཨེ་ཡོད་བཞུ་དུས་འབྲོ་ས་ཞིག་མི་འདུག ཤུ་བ་འགའ་རེ་ལྟག་ཀ་ན་བྱིར་འབྲོ་
ཆས་བྱས་ནས་བསྟན་འདུག རྒྱངས་འཁོར་སྟེང་ན་བརྟན་ལེན་འཕྲུལ་ཆས་བཅུགས་
ནས་བཞུས་འདུག གཡས་གཡོན་བྱུར་ཁ་ན་འདྲ་པར་ལེན་མཁན་མང་ཞིང་ཤུ་བ་
ཆོས་དེ་དག་ལ་ཡང་ས་སྤར་སོགས་ཀྱིས་རྒྱག་གིན་འདུག མཆོམས་ཤིག་ལ་ཤུ་བ་
ཞིག་མར་བབྱང་ནས་བྱིར་ཐལ་ཞེས་བཤད་བཞིན་འདུག ཤུ་རྒན་ཆོས་བྱིན་རྟེན་
རིལ་བུ་སོགས་ཤུ་བ་ཆོར་བྱིན་ནས་འཕྱང་བཅུག ད་ལྟ་ཤི་རྒྱུའི་དུས་ཆོད་ལ་ཐོན་
སོང་བས་བྱིན་རྟེན་ཞིག་ཁ་རེག་ན་ཡང་བཟང་ནི་རེད་ཟེར། ཤུ་རྒན་ཆོ་སྟོན་ཆད་
ཡང་རྒྱ་དམག་གིས་བོ་འུ་བརྒྱབ་ཁྱོང་བས་ཉམས་ཁྱོང་འདྲ་ཡོད་པས་གནས་ཚུང་
གི་ཕྱག་ནས་ཡང་སྟེར་བྱིན་འདུག ཤུ་བ་ཆོ་ཞེ་སྟངས་ལངས་ནས་ཁ་སྐྱ་ཐམས་ཅད་
སྤར་ནས་སྤྲི་ཞི་ཞིག་རེད། རོ་མ་བཤད་ན་ཞེ་སྟངས་ལངས་ས་ནི་གྲང་ཁྲན་ཏང་
རེད། ཡིན་ན་ཡང་དམག་མི་དེ་ཆོའི་སྟེང་ལ་དེ་འདྲའི་ཞེ་སྟངས་ཞིག་ལངས་དགོས་
དོན་མེད་གི་འདོད་སྤྱད་ཅིག་རེད། རོ་དང་དབྱུག་པས་རྒྱག་ནི་མང་ཆེ་བ་ཨ་མདོ་
རེད། ལྟག་ཀ་ན་ལྟ་སའི་ཤུ་བ་ཆོས་ལག་མ་བསྐྱེས། རོས་མ་བརྒྱག ལག་བསྐྱེས་ནས་
རོས་རྒྱག་མཁན་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་ལུལ་གཞན་པ་ཡོད་པ་རེད། ཅེས་རྒྱ་མིའི་
གསང་སྤྱུལ་བའི་ཕྱོགས་ལ་བཅད་ནས་ངན་བཤད་བྱས། སྤྱན་ན་རྒྱ་མི་ཆོས་འདྲ་པར་
ལེན་གི་འདུག དེ་དག་གསང་སྤྱུལ་བ་མིན་ནོར་ང་རང་ལ་གསལ་ཆ་ཡོད་པའི་ཤུ་བ་
མང་པོ་ཡོད། དེ་ཐམས་ཅད་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་ནི་ནམ་འགྱུར་ལ་བཞུས་ན་
ཡང་ཤེས། ལྟག་ཀ་ན་ལྟ་སའི་ཤུ་བ་ཆོས་ལག་པོ་བཤད་གི་མེད། སྤྱན་ན་བརྟན་ལེན་
འཕྲུལ་ཆས་ནང་དུ་ཡང་ཁུར་བརྒྱག་མཁན་དེ་ཆོ་མར་བཞིན་འདུག རོ་མ་བཤད་ན་

ནི་གོ་བ་མི་འདུག སར་དེད་ན་ཚུར་དེད་ན་ང་རང་ཆོའི་གྱུང་བ་རྒྱ་དེ་རེད། དགོང་
ཁར་རང་ཤུགས་ཀྱིས་གྲོལ་ནས་སང་ཉིན་ཡང་འཆོགས་ཞེས་ཁུར་རྒྱག་ཞོར་ལ་རང་
རང་སར་བྱུང་ཐལ།

དེའི་ཉིན་ལས་བྱེད་པ་ཆོ་དང་། ཆན་དགོན་མཆོག་ཉི་མ། ཆན་འངས་པའི་
ལྷག་བསམ། ཆན་སུན་ཆོགས་བཟའི་ཤིས། ལྷགས་པ་ཆོས་ཉིད་ལགས་སོགས་འབྲས་
སྤངས་ཀྱི་དགོན་ཆན་ཆོ་ཡང་ཐེབས་ནས་དེ་འདྲ་མ་བྱེད་ཅེས་གསུང་བཤད་མང་པོ་
གནང་ཐལ། ཆན་དགོན་མཆོག་ཉི་མས་ད་ཆང་མས་མཆོམས་བྱས་ན་འགྲིག་གི་སྒྲ།
ཡར་ལངས་བྱས་ནས་གནམ་ལྗིང་ས་ལྗིང་བྱས་ཐལ། དེའི་རིང་ལ་ཟླ་བ་འཕྲོ་བཞུག་
ལ་མ་སོང་ཐལ། ད་ཆོག་གི་བཟང་གི་ང་རང་གི་ལྟ་ཚུལ་ལ་ཟླ་བ་ཆོ་འཕྲོ་བཞུག་ལ་
འཕྲོ་རྒྱ་རེད་བསམ་པ་མ་གཏོགས། ལྷག་ནི་མིན། ལྷག་དགོས་དོན་མེད་ཅེས་ལྷགས་
པ་ཆོས་ཉིད་ལགས་དང་གཉིས་ཀའི་གསུང་བཤད་ཡང་དཔལ་སྐྱེད་རེད། དེའི་ཉིན་
གང་པོར་ཟླ་བ་ཆོས་ཟེ་མ་གཅིག་ཀྱང་བཟས་ཡོད་ནི་མ་རེད།

དེ་ནས་ཕྱིར་ཁམས་ཆན་ནང་དུ་ཡོང་ནས། སངས་རྒྱས་དང་ཡར་འཕེལ་ང་
ཆོ་འཆོགས་ནས་ཁ་བརྟུན་བྱས། ཡར་འཕེལ་གྱིས། ད་མ་བཟང་འདི་ན་གཞི་ནས་སློབ་
སྤྱིང་ཡག་པོ་ཞིག་འབྱོར་བཞིན་ཡོད་པ་འདི་ལ་བར་ཆད་ཆེན་པོ་བཟོས་སོང་བས་
ད་མ་འགྲིག་ཟེར། ངས་སང་ཉིན་སོང་ན་དེ་རིང་ནང་བཞིན་དག་པོ་བྱས་ན་ཉན་
རྒྱ་མ་རེད། ད་ཁུ་ཆོའི་ཁམས་ཆན་ནང་གི་ཟླ་བ་ཆོ་ཡང་སང་ཉིན་སོང་ནས་དེ་ལྟར་
སློན་ལ་རྒྱགས་ཉན་རྒྱ་མ་རེད། ད་འགྲོ་ཕྱགས་ཡང་མི་ཤེས་པས་དེར་སོང་ཏེ་རྩོས་
བརྒྱབ་ནས་གནམ་ལ་ལྗིང་ན། ལྷ་སའི་ཟླ་བ་ཆོས་མིག་ནང་ནས་ཀྱང་ཁུ་ཆོ་བྱུང། རྒྱ་
མིའི་མིག་ནང་ནས་ཀྱང་ཁུ་ཆོ་བྱུང། སང་ཉིན་མི་འགྲོ་འདོད་ནི་ཡོད་ན་མ་འགྲོ་ ལྷ་
སའི་ཟླ་བ་ཆོའི་རྒྱགས་ཀ་བལྟས་ན་བཟང་། ཨ་མདོ་ཆོས་འགྲོ་ཕྱགས་མི་ཤེས་པས་མ་
སོང་ན་བཟང་ཞེས་བཤད་ནི་ཡིན།

དེའི་ཕྱི་ཉིན་དེར་སྤྱི་ཉིན་མ་སོང་བའི་ལྷ་བསྐྱོར་ཞིག་བྱུང་སོང་ཟིན། ང་ཚོ་
སྐྱོར་ཞིག་མ་སོང་བར་ང་བསྐྱོལ་ནས་བསྐྱད། མར་རྩོལ་ཅུང་ལྷག་པོར་སོང་སྤྱད་
སོང་ན་ཡང་ཁང་ཐོག་ལ་བྱུང་ནས་བཞུགས། ད་རོམ་དེ་རིང་ནི་ལེན་རྒྱ་ཞིག་བཞག་
མེད་བསམ་ནས་བསྐྱད། བསྐྱད་ན་ནི་སེམས་འཚབ་ནས་སྤོང་མི་ཐུབ། ཕྱི་རོམ་མ་
སྤོང་མི་ཐུབ་པས། མར་འགྲོ་འདོད་ནས་ལམ་ལ་ཆས་སྒྲུབས། ཕྱིར་གྲོལ་ནས་ཐོན་ཐུང་
དེའི་ཉིན་ལྷ་བསྐྱོར་གི་ལག་ངར་སྤྱིང་ལ་གྱིས་གཤམ་ནི་རེད། ཐོག་མར་བསམ་ཤེས་
བྱས་ནས་བར་འགོག་མཁན་ཐམས་ཅད་ཡང་རྗེས་ནས་ཞེ་སྤང་ལངས་ཏེ་ཏུ་འབོད་
བྱས་ནས་རྒྱགས་གི་འདུག་ཟེར། ཁ་ཤས་ཞེ་སྤང་ལངས་ནས་དབང་པོ་ཤོར། དུན་པ་
ཉམས་ནས་སྤོང་ཁང་ལ་ཁྱེད་འདུག། ཁ་ཆག་མགོ་ཆག་བྱས་པ་དག་དགོན་པའི་སྤོང་
ཁང་ལ་བསྐྱུལ། ངས་སྤྱི་ཉིན་གྱི་གནས་ཚུལ་ལ་བསྐྱུལ་ནས་ཕྱི་ཉིན་དེར་ཏུ་ཅང་ང་
དག་ཡོང་རྒྱུ་ཡིན་ནོམེས་ནས་མ་སོང་།

དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཟླ་དགོན་མཆོག་ཉི་མ། དགེ་བསྐྱོས་སོགས་ལྷ་བ་ཟླ་པ་
དག་གིས་སྤང་མདོ་དག་ནས་ལྷ་བ་ཚོ་མར་འགྲོ་ཏུ་མ་བཅུག་པར་བསྐྱུངས་ནས་
བསྐྱད་ནི་རེད། དེའི་ཉིན་ང་ཚོས་ཁ་བརྒྱབ་ཏུ་ཅང་འགྱིག་ཡོད།

ལྷ་བ་ཚོ་འཕྲོ་བརྒྱག་ལ་མ་སོང་ནི་རེད། འཕྲོ་བརྒྱག་ལ་མ་སོང་ན་རྗེས་ཕྱིགས་ཡང་
གོ་སྒྲུབས་ཡོད་ནི་རེད་ཅེས་བཤད། ཞི་བའི་རོ་རྒྱལ་བྱེད་རྒྱུ་ཉམས་ཐུང་བྲངས་
དང་ནི་རེད། ཞི་བའི་རོ་རྒྱལ་བྱེད་ཕྱིགས་འདི་ནི་གསར་གཏོད་འདྲ་བོ་རེད། འདི་
འདྲའི་རོ་རྒྱལ་གང་ནས་བྱས་ན་ཡང་བཟང་གི་ཞེས་ཁ་བརྒྱའི་ཞོར་ལ་བཤད་ནས་
བསྐྱད། ཆོས་བརྒྱ། བརྒྱ་གཅིག་བརྒྱ་གཉིས་སྟེ་ཉིན་གསུམ་ལ་ཡར་ལངས་བྱས། བརྒྱ་
གསུམ་ཉིན་ཡར་ལངས་མ་བྱས་ནི་རེད། ཨ་རིའི་རྒྱུ་བསྐྱུགས་ནས་ཅང་བཤད་ནོ་
ཡང་མ་གོ། གནས་ཚུལ་མང་པོ་མ་བཤད་ཐུང་། དགོན་པའི་ནང་ན་བོད་གཞུང་གི་
གསང་སྤྱུལ་བ་དང་གཞོན་ཏུ་ཆོགས་པ་ཡོད་པས་བཤད་གོ་ནོམེད་ཟེར། ཅང་མེད་

ནོ་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་རེད། འདི་འདྲའི་གནས་ཚུལ་ང་འག་སྒྲོར་མང་པོ་ཞིག་གཅིག་ཀྱང་
མ་བསྐྱགས་ཐལ། གནས་ཚུལ་དང་འདྲ་པར་མང་པོ་པར་བསྐྱལ་རྒྱ་ཡོད་ནི་རེད།
མང་པོ་མ་ཐོན་ཟིན། འདི་ནས་ངོ་མ་རྒྱ་དཔག་གི་སྤྱོད་ནས་འདི་འདྲའི་འཛིགས་རུང་
གི་གནས་ཚུལ་ལྷག་ན་གནས་ཚུལ་འདི་པར་འཕྱོར་མེད་པ་འདྲ། ཞེ་ཤ་ཡའི་རྒྱང་
འཕྲིན་ཁང་ནས་སྐབས་དེར་གཅིག་ཀྱང་མ་བསྐྱགས་ཐལ། ཆོས་བརྩའི་ཉིན་ཕྱི་རྒྱལ་
གཉིས་ཀྱིས་རིག་འོ་དེ་བཤད་ཐལ་ཟེར། ཕྱི་རྒྱལ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཞི་བའི་ཡར་ལངས་
རེད། ལག་ཆ་སོགས་ཅི་ཡང་བཟུང་མི་འདུག་ཅེས་བཤད་ཐལ་ཟེར། དེ་དུས་དཔག་
མང་གིས་འབྲས་སྤངས་བསྒྲོར་ནས་ཀྱིག་སེ་བཏང་བཞག་ཡོད་ནི་རེད།

ཆོས་བརྩ་བཞིའི་ཉིན་ཡར་ལངས་བྱས་དང་ཐལ་ཟེར། ཞེ་ཡིན་ན་བསམ་
ནས་སོ་སོར་ངོས་དུས་ལྟ་སར་ཡར་ལངས་བྱས་པ་ནི་བདེན་པ་རེད། སྐབས་དེར་
དགོན་པའི་འདབས་དེར་རྒྱངས་འཁོར་ཞིག་ཡར་བསྒྲོར་ནས་བཞག་སོང་བས།
ཡར་ཆ་བ་ཁམས་ཆན་གྱི་གོང་དེར་སོང་ན་མ་གཏོགས་ཁ་པར་གང་ཡིན་ན་ཡང་
བརྟུགས་གཅིག་ཀྱང་མི་འདུག ལྟ་ས་ནས་འབྲས་སྤངས་སྒྲོབ་གི་འགོ་ཟེར་ནས་མི་
མང་ཡར་ཡོང་གི་ཡོད་དུས། སྤྱོད་ནས་རྒྱ་དཔག་གིས་སོ་འཁྱུ་བརྒྱབ་ནས་ཐར་ལོང་སེ་
བཏང་དང་ཐལ་ཟེར། དེ་དུས་ཅིག་ནས་མི་བསད་དང་ཐལ། ཉུག་ནས་མི་བཏང་དང་
ཐལ་ཞེས་སྐད་ཆ་མང་པོ་གོ་ཡོང་། ལྟ་ས་ནས་དུ་བ་ནག་པོ་ཡར་འཕྱར་བྱང་བས་
འབྲས་སྤངས་ནས་ཆོག་ངེ་གཞིབ་ངེ་སྟོག་གི་སྟོན་ཆད་ང་ཆོའི་ཁམས་ཆན་ལ་ཕྱིག་
པ་ཕྱིག་མཁན་ངག་དབང་ཟེར་བའི་མི་སྤྱོད་ཞིག་ཡོད། དེ་ཡང་དེའི་ཉིན་མོར་བསད་
དང་ནི་རེད།

འབྲས་སྤངས་གིས་འགོ་ཁྲིད་ནས་ཡར་ལངས་བྱས་ནི་རེད། དེ་དང་
བསྟུན་ནས་ལྟ་ས་ནས་ཡར་ལངས་བྱས་བས། མི་མང་པོ་བསད་དང་ནི་རེད། དེས་
ན་མི་དེ་དག་གི་ནམ་ཤེས་ཡང་འབྲས་སྤངས་ལ་ཡོང་ནི་རེད། སྐབས་དེར་ངོ་མ་གྲུ་

བ་ཚར་ཕྱིག་པ་ཡོད་ཆུ་རེད་བསམ་སོང་། རང་ཉིད་ལ་ཡང་ཕྱིག་པ་མང་པོ་འབྱུང་
 ཆུ་རེད་བསམ་ཐལ། དེའི་ཕྱི་ཉིན་ནས་ང་ཚོ་དམག་གིས་ཉིན་མཚན་གཉིས་ཀར་
 བསྐྱོར་ནས་བསྐྱད་ནི་རེད། ཚ་བ་ཁམས་ཚན་གྱི་བར་དེར་སོང་ན་མ་ཆུང་དང་། སྒ་
 བྱང་སོགས་ཕྱོགས་སོ་སོ་ནས་ཡར་ཡངས་བྱས་པའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་གོ་གི་འདུག་
 གི། ལྷ་སའི་ཤར་བ་ཚོས་ཀྱང་ལྷ་སའི་གནས་ཚུལ་འདི་འདྲ་ཞིག་རེད། ཨ་མདོ་ན་ག་རེ་
 བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ན་ཞེས་ཉན་གི་འདུག།

དེའི་ཉིན་འགའི་རྗེས་ནས་ལྷ་ས་ནས་འཛིན་བཟུང་བྱེད་ཆུང་འགོ་
 བཅུམས་ནི་རེད། ལྷ་ས་ནས་བསད་ནོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རོ་མེར་བསྐྱེགས་ནས་མེད་
 པར་བཏང་དང་ནི་རེད། མི་བོར་སོང་ནི་མང་པོ་འདུག། བཟུང་ཡོད་ནོ་ནང་ན་རྒྱང་
 ལག་ཆག་ཡོད་ནི་རྫོགས་མེད་རེད་ཟེར། ཤར་བ་ཆུན་པ་ལོ་བདུན་ཅུ་དང་བཅུད་ཅུ་
 ཅན་དག་བཟུང་ན་ཡང་གཅར་རྒྱུང་བྱེད་གི་འདུག།

ངའི་ཆོས་གྲོགས་ཤིག་གིས། ང་གྲུང་ཁྲན་ཏང་ཡིན་ཆུ་ན་ཏང་སྐབས་
 བདེ་ཤོས་ནི། ཤར་བ་ཚོ་བཟུང་ནས་རང་རང་སོ་སོའི་པ་ཡུལ་ལ་བསྐྱལ་ཆུ་དེ་རེད་ཟེར།
 རོ་མ་དེ་ལྟར་བཅའ་ན་ཐང་བསམ་ཐལ། ཡང་ཆོས་གྲོགས་ཤིག་གིས། དེ་འདྲ་ཅི་ཡང་
 བཅའ་ནི་མ་རེད། ཡང་ཆོས་གྲོགས་ཤིག་གིས། ང་ཚོ་ཡང་ན་འཛིན་ཆུ་རེད། ཡང་ན་
 གསོད་ཆུ་རེད་ཟེར། དེ་ལྟར་སྒྲ་ཆོགས་བཤད་བཞིན་འདུག། རོ་མ་བསད་དང་ན་ཡང་
 འབྲས་སྤངས་ལ་འོག་རེད། བསད་ནས་རོ་མེད་པར་བཏང་དང་ན། སྒྲ་ཞིག་གིས་ཁོ་
 ཚང་གི་མི་དེ་མེད་པར་བཏང་སོང་ཟེར་ནས་རྩར་གཅོད་ཐུབ་ཆུ་རེད། ཐུབ་ཆུ་མ་
 རེད། བསད་དང་ན་ཡང་ཕྱིག་གྱོང་རེད་ཟེར་ཆུ་རེད་ཡང་འདོད་ཐལ། ད་གང་ལྟར་
 ཅིག་ལས་ཆུ་རེད་བསམ་ཐལ། དམག་གིས་དམ་དྲག་བྱས་ནས་སྤང་ནོ་ངར་བ་རེད།
 འབྲས་སྤངས་གི་སྐྱོར་ལམ་རིང་བྱང་དེར་དམག་མི་དེ་དག་གིས་ཁ་ལག་མ་ཐུས་
 པར་ན་ཅོག་དང་སྒྲེ་ཆོགས་ཡན་ནག་པོར་ཆགས་ནས་བསྐྱད་ཡོད་གི། འདི་འདྲའི་

སྤྱི་ཅིག་དག་ནས་མཐའ་མར་ཡག་པོ་ཞིག་འདྲི་ནི་མ་དུང་འདྲོད་ཐལ། ལྷ་བ་ཆོ་
ཁོ་མོ་དེ་དང་། གཅིག་གིས་ཀྱང་དཔེ་ཆ་བལྟ་མ་ཐུབ་པར་རྒྱ་དུ་མིང་སྐོར་ལ་
འགྲོ་གི་འདུག ཡར་མར་བཅོ་བརྒྱད་བཤད་ནས་བསྟན།

ཟླ་བ་གཅིག་ཉག་ཉག་གི་རྗེས་སྤྱི་ཟླ་བའི་བའི་ཆེས་བརྒྱའི་དགོང་མ་
འབྲས་སྤངས་ནང་ལ་དམག་ཁྲགས་ནི་དེ། དགོང་མ་དུས་ཆོད་གཉིས་པའི་སྟེང་
དམག་གཤར་དང་ཐལ། དམག་མང་ནག་ལེབ་ལེབ་གཤར་ནི་བལྟས་ན་སྤྱི་ཅིག་
དེ། ཐག་པ་དང་ལྷགས་ཀྱི་སྟེ་མོ་སར་འདུད་པ་སོགས། རྩ་ལམ་ལ་སྐྱས་དང་རྟེ་
འདྲ་བརྒྱུད་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཅིག་གྲགས་གི་འདུག ཕྱི་ཉིན་དོ་མ་དེ་འདྲ་བརྒྱུད་ཡོད་གི་
ལ་ལས་དགོན་པའི་རྒྱུ་ལོགས་དེར་དགོན་པའི་ནང་ལ་ལྷ་སྤྱད་འདྲ་འདྲུགས་རྒྱ་ཞི་
ཡིན་ན་ཟེར། དེ་ལ་དེ་འདྲའི་མི་མང་པོ་ཞིག་དགོས་རྒྱུ་མ་དེ། དུས་ཆོད་གཅིག་
ནས་དུས་ཆོད་ལྗེ་བར་གཤར་དང་ཐལ། དོན་དག་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོང་རྒྱུ་མ་དེ།
དངོས་པོ་སྤྱི་ཟླ་ཡོད་ནི་ཆོད་མ་ཡར་མར་ལ་སྤྱོད། དམག་ནང་དུ་ཁྲགས་ན་ཡང་
སྤྱི་ཅིག་མེད་ནི་བྱས་ནས་ཉལ་བསྟན། ལམས་ཆོན་སྟོ་ཆོན་དམ་པོར་བརྒྱབ་ཡོད་ནི་
དེ། དམག་གིས་སྟོ་ཆོན་བྱེ་མ་ཐུབ་པར་འགོར་ཐལ་ཟེར།

ང་སང་དུས་རྒྱུ་རྒྱུ་ནང་ལ་དམག་གང་འདུག ཐལ་ཆེར་དམག་སྟོང་ཡས་
མས་ཡོད་ས་དེ། ལྷ་ཤག་གཅིག་གི་སྟོ་ལ་ན་དམག་ལྷ་དུག་ཅེ་བར་མཆམས་མེད་
པར་ཁྲགས་བསྟན་འདུག དམག་ནང་ལ་ཁྲགས་ནས་གསལ་པོ་བྱས་ཏེ་སྤྱི་ཟླ་དུང་ནང་
ནས་བརྒྱུད་འདྲོད་ཞེ། དུས་གཅིག་ལ་སྟོ་རྒྱུད་དང་ཐལ། གོན་པ་གོན་ལོང་མེད་པར་
བརྒྱུད་སོང་ན་རྩོས་འབྲུག་བྱུང་ནས་ཉན་རྒྱུ་མ་དེད་བསམ་ཏེ་སྤྱི་ཅིག་གཡོག་མཐུག་པོ་
གཉིས་གོན་ནས་བསྟན་ཡོད། ལྷ་མ་གོན་ནས་ཆགས་སྤྱི་རྒྱུད་པ་བྱས་ཏེ། ད་སོང་ནས་
སྟོ་བྱེས་མ་ཐག་ཏུ་མར་སར་ཅོག་སྤྱི་ཟླ་ཞེད། ལག་པ་ཡར་འཕྱོག་ཟེར་ནས་སྤྱི་ཟླ་དེད་
འདྲ་འཐེན་གི རྒྱུ་དུ་ཡོང་སྟེ་རྒྱུད་བསྟན་རྗེས་ཡར་མར་ལ་བལྟས་ནས་གི་

སོགས་མཚོན་ཆའི་རིགས་ཡོད་མེད་ལ་ཞིབ་ལྟ་བུས། རྒྱ་མའི་ནམ་འགྱུར་ཅན་ཡང་
མང་པོ་འདུག མཚམས་ཤིག་ལ་ཁོ་ཚོར་ནང་ནས་སྒྲིག་ཉིས་པའི་ཕན་ཆད་ལ་མ་འགོ
སོང་ནས་དོན་དག་བྱུང་ན་རང་རང་གིས་འགན་ཁུར་དགོས་ཞེས་བཤད་ཐལ། དེ་
ནས་ཚུར་ནང་ལ་ཡོང་དེ་ཅོག་ནས་འཛིགས་བྱེད་དང་། བསྐྱར་གསོ། གསེར་སྐྱེམས།
མཛེད་རྩ་བ་སོགས་ཆ་ཆང་བཏོན་མཐར། ར་ཞིག་བསྐྱོལ་ནས་ཅིག་འཐུང་། སྦྱོང་
ཁང་ནང་ལ་འགོ་དགོས་འདུག་ཅེས་བཤད་དུས། སོང་། ཁོས་སྟོས་འདུག་དགོས་ཟེར།
སྐྱག་ནས་སྐྱག་པ་ཤོར་ཟེར་བ་དོ་མ་རེད། མི་འདི་སྐྱག་ན་གཅིན་སྐྱག་གཏོང་རྒྱ་ཏག་
ཏག་རེད། བར་དེར་ཐེངས་མ་གསུམ་རེར་སྦྱོང་ཁང་ནང་དུ་འགོ་མཐུན་འདུག ཟླ་
བཙོ་མར་སྐྱེལ་ནས་ཆར་རྒྱ་མེད་གི གོང་ནས་སྐྱེལ་ཆར་ནས་ང་ཚོའི་ཁམས་ཆ་ན་
ལ་ཐོན་དུས་ཉིན་གུང་དུས་ཚོད་དང་པོ་རེད། འདང་སྒྲ་ཁ་གཉིས་རྒྱག་གི་ཡོད་གི
དང་པོ། བཟུང་ནས་གཙུག་རྩུང་བྱས་དེ་ཁྱོད་ཡར་ལངས་ཀྱི་ནང་དུ་ཁྱེགས་མ་ཁྱེགས།
སྐྱས་འགོ་ཟེར་རམ། ཞེས་མི་རེ་རེའི་སྟེང་ནས་རྩ་བ་དེད་ནས་ཡོང་རྒྱ་རེད་བསམ།
གཉིས་པ། ཁོ་ཚོས་བརྟན་ལེན་འཕྲུལ་ཆས་དང་འབྲ་པར་ལ་བཞུགས་དེ་དེའི་ནང་དུ་
ཡོད་པའི་ཟླ་བ་ཐམས་ཅད་བཟུང་། འཕྲོ་མ་དག་གི་ནང་དུ་སྦྱོག་བཤེར་བྱས་ནས་
བྱུང་རྒྱ་ཆང་མ་བྱུང། ཟླ་བ་ཆང་མ་འཛིན་ནི་མ་རེད་བསམ་ནས་སྦྱོང་ཁང་ནས་བཞུ་
དུས། ཟླ་བ་ཚོ་སྐྱངས་འཁོར་ནང་ནས་མར་སྐྱེལ་གོ་ཞོ་བཞུས་ན་སྐྱག་ནི་ཞིག་རེད།
ང་ཚོ་ཡང་དུས་གཅིག་གི་སྟེང་སྒོར་བྱུང་ནས་དེད་དེ་སྐྱངས་འཁོར་ཞིག་གི་ནང་དུ་
བཞག་ནས་སྟེ་ཐང་ཕྱོགས་དེར་མེ་གསོད་དུ་ཁག་ཞིག་ཡོད་ས་དེར་བརྟུག་དང་ཐལ།

ང་ཚོའི་སྒྲོར་ཁག་དེར་ཟླ་བ་སུམ་རྒྱ་སོ་བཞི་ཡོད། བྱུང་ན་ཟླ་བ་ཡོད་པ་མ་
ཟད་འོག་ནའང་ཟླ་བ་ཡོད། ལྷ་ས། ཨ་མདོ། སོག་པོ་སོགས་ཀྱི་ཟླ་བ་བཞི་བརྒྱ་ཡན་
འདུག སྦྱོང་ཁང་ནང་དུ་འགོ་དུས་དམག་གིས་ཁྲིད་ནས་སོང་སྟེ་བཏང་ཆར་ན་ཕྱིར་
ཁྲིད་ཡོང་། ཉི་མ་ནི་རིག་རྒྱ་མེད་པ་མ་ཟད། ཟ་མའི་ནང་དུ་སྐྱུ་མ་མེད་པས་སོ་ཁར་

ཏ་ཅང་གཞི། ལས་བྱེད་པ་ཆོས་འདྲ་པར་མང་པོ་བྱེད་ཡོང་ནས་ཟུ་བ་ཆོ་དང་འདྲ་
པར་བསྐྱར་ནས་བསྐྱས། དེ་འདྲའི་རིམ་པ་མང་པོ་ཡོང་དེ་ཁ་ཁར་བྱེད་བྱེད་འགྲོ། ཟུ་
བ་ཆོ་བདེར་བབས་ཡོད་དུས་དེ་ཆོ་ཡོང་ནས་བསྐྱས་དང་ན་ཡང་སློ་མ་བདེ་བར་
འཇམ་ཅག་གི་གྲགས་མེད་སེ་བསྐྱད་འཛོག་གི ལྷག་ར་ནང་དུ་ལྷག་བརྒྱུག་ནས་
གཅིག་གཅིག་བྱས་དེ་འཛིན་གོ་ནོ་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད། རོ་མ་ལྷག་བརྒྱད་ནས་བཤས་
པའི་རྩམ་སྒྲིན་འདི་འདྲ་ཡིན་རྒྱུ་རེད་བསམ་ཐུག། ལ་ལ་མེ་གསོད་ཅུ་ཁག་ནང་
རེད། ལ་ལ་དམག་སྐར་ནང་དུ་བརྒྱུག ལ་ལ་བཅོན་ཁང་ནང་རེད་ཟེར། ལ་ལར་ཟ་
མ་སོགས་གང་ཐད་ནས་མི་བཟང་གི་ཟེར། བཅན་ཡང་བཅན་གི་ཟེར། ས་དེར་ཉིན་
བཅོ་ལྔ་འགོར་ཐུག།

དེའི་མཆན་མོ་ནམ་གྱང་ཞིག་ལ་དམག་ཡོང་ནས་ཐག་པ་རེ་བྱིན་དེ་ཉལ་
ལྷུ་དང་ཉལ་གདན་བསྐྱམས་ནས་ཅིག་ལ་འགྲོ་དགོས་ནི་རེད་ཟེར། གང་ལ་འགྲོ་
དགོས་པ་ནི་མ་བཤད། ང་ཆོའི་འཛིན་ཟུ་རེ་རེར་བོད་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་འགའ་རེ་
ཡོད། དེ་ཆོར་རིམ་ན་ཡང་གཞན་ཐག་རིང་ཞིག་ལ་སློབ་སྦྱོང་ལ་འགྲོ་དགོས་ནི་རེད།
གསལ་བོ་མི་ཤེས་ཟེར། ང་ཆོས་གཞིས་ཀ་ཅེ་བཅོན་ཁང་ནང་ལ་འདུག་རྒྱུ་ཡིན་ནི་
རེད་བསམ་ཐུག། རྒྱངས་འཁོར་འཁོར་ཕྱོགས་ལ་ཆང་མས་ཉམས་ཞོག་ཅེས་བཤད།
དམག་མིའི་རྒྱངས་འཁོར་རས་རྒྱང་གིས་བརྒྱམ་བཞག་ཡོད་པ་དེ་འདྲའི་ནང་དུ་
བརྒྱུག་ནས་དམག་གིས་བསྐྱར་ནས་བྱེད་ཐུག། དེ་ནས་ལྷ་སའི་མེ་འཁོར་ས་ཚུགས་
ལ་ཐོན་དུས། མེ་འཁོར་ས་ཚུགས་ནི་རྒྱ་དམག་དང་ཟུ་བའི་བརྒྱུད་འདུག ངའི་སེམས་
ལ་པ་ལྷུ་ལ་སྐྱེལ་རྒྱུ་ཡིན་ནི་རེད་བསམ་ཐུག། ཟུ་བ་འགའ་རེ་ནས་འདི་ནས་མར་
བྱེད་སོང་ན་བྱེད་ཡོང་ས་ཡོད་རྒྱུ་མ་རེད། པ་ལྷུ་ལ་མི་འགྲོ་བེད་ནས་ཡར་ལངས་
རྒྱུ་ཅེས་བྲ་སྒྲིག་འདྲ་ཡང་བྱས་ནི་རེད། ཡིན་ན་ཡང་དམག་གིས་མནན་བསྐྱད་
ཡོད་པའི་རྒྱུ་ལྱིས་ཐབས་ཤེས་མེད་སོང་ནི་རེད།

མེ་འཁོར་ནང་དུ་བཞག་ནས་མེ་འཁོར་ང་མའི་ཤེལ་སྒོ་ཡོད་ཚད་རས་
གོས་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱུ་ནས་དམ་པོར་སྦྱར། བྱང་ནས་དམག་པར་འགོ་ཚུར་འགོ་
བྱས་ནས་འདུག ཉིན་དེར་གོར་མོར་མ་སྤེབས་ཅམ་ལ་མེ་འཁོར་དལ་མོ་བྱས་ནས་
འགོ་གི དེ་ནས་ཚང་མས་གོར་མོ་ནས་འདུག་རྒྱ་རེད་ཟེར་ནས་ངོ་ཤོར་ཐལ། ད་མ་
འགྲིག་སྟོན་ཆད་ང་བརྒྱད་ལོར་བཙོན་མ་མང་པོ་ཤི་སའི་བཙོན་ཁང་དེ་འདྲ་ཞིག་
གི་ནང་དུ་འདུག་རྒྱ་ཡིན་ནི་རེད་བསམ་ཐལ། ངོ་མ་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་
འདི་འདྲའི་ནམ་སྟོན་མུངས་ནས་མི་ཚར་རྒྱ་འདི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ན་བསམ་ཐལ། དེ་
སྟོན་ང་ཚོ་ཟེ་ཡིང་ལ་བྱེར་སོང་ན་གཞུག་གི་དོན་དག་ནི་ཤེས་རྒྱ་ཡོད་ནི་མ་རེད། ད་
ཐངས་ཀྱི་ཉིན་ཁ་ནས་ཐར་སོང་ནི་རེད་བསམ་ཡོད།

གོར་མོ་མ་སྤེབས་ཅམ་ནས་ར་སྒོར་སྒོ་ཁ་དམག་གིས་སྤང་ཡོད་པ་ཞིག་
གི་ནང་ལ་བརྒྱག་དང་ཐལ། འདིགས་སུ་བྱང་བ་ཞིག་རེད། ས་སྟོང་ཡིན་པ་མ་
ཟད་དམག་མང་གིས་བསྒོར་ཡོད་ནི་རེད། ཚང་མས་ད་ནི་ཚང་མ་གསོད་རྒྱ་རེད་
བསམས་ཏེ་སྒྲག་ནས་གཅིན་སྒྲག་ཤོར་སོང་ནི་འདུག་ཟེར། ར་སྒོར་ནང་ལ་བརྒྱག་
ནས་བཞག་ཐལ། ངའི་སེམས་ལ་གསོད་རྒྱ་མ་རེད། ལས་ཀ་ནི་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་རྒྱ་
རེད། ཐལ་ཆེར་རྒྱ་མོག་བསྟེགས་ས་ཞིག་རེད་བསམ་ཐལ། འདུག་སའི་ཁང་བ་ནི་
མི་ཡུན་རིང་མ་བསྐྱད་པར་ས་རྩལ་གྱི་གང་ཡོད་པ། སྟོང་ཁང་ཞིག་ཀྱང་འདུག ལ་
ལས་ཉིན་འགའི་ནང་དུ་མངགས་ཞི་འདོག་བསམ་མཁན་འདུག ཡིན་ན་ཡང་གཏོང་
རྒྱའི་ཚུགས་ཀ་མི་འདུག འཆར་གཞི་དང་བཀོད་སྒྲིག་ལ་བཞུགས་ན་རེན་མ་གཏོང་
རྒྱའི་ཚུགས་ཀ་མི་འདུག ཡུན་རིང་ཞིག་ལ་འདིར་སྟོན་དགོས་རྒྱ་རེད་བསམ་ཐལ།
གཅིན་སྒྲག་ནང་ནས་གཏོང་དགོས་ཤིང་ཟ་མ་མི་བཟང་གི སྤྱ་བ་ནད་པ་ཇེ་མང་
ནས་ཇེ་མང་རེད། བྱད་པ་ན་ཟུག་གིས་མ་བཟོད་ན་གནས་སྐབས་ན་ཟུག་འདོག་
རྒྱའི་སྟོན་རིལ་ཞིག་སྟེར་བ་ལས་གཞན་ཅང་མེད། ལུ་ཚུགས་བྱས་ཏེ་སྟོན་བཙོས་

བྱེད་དགོས་ཞེས་བཤད་ན་རང་རང་ལ་སྐར་གྲངས་ཐོག་ནས་མི་བཟང་ཟེར། དེ་ནས་
ལྷ་ཚུགས་བྱེད་མ་ཐུབ་པར་རེབ་གོང་གི་གྲུ་བ་ལོ་ཉེར་གཅིག་ཅན་ཞིག་གི་ཐལ། དེ་
ཡང་སྤྲོན་བཅོས་མ་བྱས་ནི་རེད། གྲུ་བ་མང་པོ་མ་སྦྱིད་པར་ལྷག

སྐབས་དེར་ཐེ་བོ་ཡར་འཕེལ་གྱིས་སྟོན་ཁྱའི་ཡི་གེ་ཐོག་གྲངས་བརྒྱ་བདུན་
ཅན་ཞིག་བྲིས་ནས་ཐལ་ཐལ། དེའི་ནང་དོན་གཙོ་བོ་ནི། ད་ཐངས་ང་ཆོ་འབྲུག་ས་
འདྲིར་ཅི་ཙམ་སྤྲོད་དགོས་ན་སྦྱོན་མེད། འབྲས་སྤངས་སུ་སློབ་གཉེར་གྱི་མང་གཞི་
ཡག་པོ་ཞིག་སྦྱོན་ཆད་ནང་བཞིན་ཆགས་ཡོད། དཔེ་བྲིད་བྱེད་སྤངས། དཔེ་ཆ་བལྟ་
སྤངས། ཚྱོད་པ་གནང་སྤངས་སྦྱོན་ཆད་ཀྱི་བྱུག་སྒོལ་ནང་བཞིན། སོག་པོ་དགེ་ཆུན་
ཆང་གིས་ཡུན་རིང་བར་དཀའ་ལས་བརྒྱབ་ནས་བརྟུགས་ནི་ཡིན་ཚུལ། ཁོང་ཆང་
རྒྱ་གར་ནས་བཀག་ན་ཡང་མ་བཞུགས་པར་བྱིར་ཕེབས་ཚུལ། རྒྱ་ནང་ལ་ཡང་མ་
ཕེབས་པར་ལོ་མང་རིང་ལ་འབད་པ་གནང་ནས། དཔེ་ཆ་བའི་དཔྱད་ཁག་ཅིག་
ཆགས་ཡོད། འདི་ནི་ཙམ་ཆེན་པོ་དང་ནང་བསྟན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་སྟོག་ཙམ་ལྟ་བུ་ཡིན་
ཚུལ། འདི་ནི་མི་འགའ་རེའི་སློབ་གཉེར་གྱི་གོ་སྐབས་འཕྲོག་པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་
པོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་པོད་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་གཞི་ཙམ་ཡིན་ནི་འདྲ་
ཞིག་བསྟན་ཡོད་པས། འདི་མེད་པར་བཏང་ཟེན་ན་པོད་ལ་ཆོས་དང་རིག་གཞུང་
གང་ཡང་མེད་པར་ཆགས་འགོ་ཚུལ། འདི་རྒྱན་འཁྱོངས་དང་སྤྲུལ་འབྱུང་སྟེལ་སྟབ་
སོང་ན། འདི་ནས་སློབ་སྦྱོང་ཅི་ལྟར་བྱེད་དགོས་ན་ཡང་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་བྱིར་
སོང་ནས་སྦྱོན་ཆད་ནང་བཞིན་སློབ་སྦྱོང་དེའི་རིགས་སྤར་གསོ་བྱེད་རྒྱ། རེ་འདོད་
དེ་ལྟ་བུ་འབྲུབ་སོང་ན་གྲང་ཁྲན་ཏང་གི་ཁ་ལེན་ཆིག་བཅི་བྱེད། ད་ནས་བརྒྱུད་
རྒྱལ་གཅེས་ཆོས་གཅེས་མི་སྣ་ལྟ་བུ་བེད་སྦྱོད་བྱས་ནས་སློབ་གསོ་བཏང་ན་ཡང་
ཆོག། སྦྱོན་ཆད་ཡིན་ན་སོག་པོ་དགེ་ཆུན་ཆང་ལྟ་བུ་ཡོད་ནི་རེད། དེང་སང་ཁོང་
ཆང་མི་བཞུགས་ན་ཡང་། ད་ལྟ་ཡིན་ན་ཡང་ཆུན་དགོན་མཆོག་ཉི་མ་ལྟ་བུ་བེད་

སྤྱད་བྱས་ན་བེད་སྤྱད་བྱེད་རྒྱུ་མི་སྣ་ཆེན་པོ་ཡོད་ནི་རེད། དེ་ལྟ་བུའི་མི་ཡོད་ན་
 ཡན་ཚུན་བར་ན་སྐད་ཆ་ཡར་བཤད་ཚུར་བཤད་བྱེད་རྒྱུ་གོ་སྐབས་དང་། རིམ་པ་
 གོང་མ་ཡིན་ན་ཡང་དགོན་པའི་ནང་གི་གནས་ཚུལ་དེ་ཤེས་ནས་དགོས་མཁོ་དེ་ཉ་
 གོ་གི། དགོན་པའི་ནང་ཁུལ་ནས་ཡིན་ན་ཡང་རང་རང་གི་ཁེ་ཕན་དེ་འབྲུབ་སོང་ན་
 བྱང་ཁན་ཉང་གི་ཁ་ལ་ཡང་ཉན་རྒྱུ་རེད། བྱང་ཁན་ཉང་གི་ངོས་ནས་མི་སྣ་དེ་རིགས་
 བེད་སྤྱད་བྱེད་རྒྱུ། དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་གྲ་བ་འདི་དག་རང་རང་སར་གཏོར། རེ་བ་
 འདི་དག་ཅིས་མེད་དོན་ལ་ལ་བཏང་ན། ད་ནས་བཟུང་འདི་ན་གྲ་བ་བརྒྱད་བརྒྱ་
 ཡོད་ན་ཐམས་ཅད་པོ་འགྲོ་ས་སྟོད་ས་མེད་པར་ཆགས་སོང་ནི་རེད། གྲ་བ་ཞིག་ཡིན་
 ན་ཁོའི་མི་ཆེ་གང་གི་དམིགས་ལུལ་དེ་ཆོས་ཀྱི་སྟེང་ལ་བཞག་ཡོད། དེ་མ་འབྲུབ་ན་
 ཁོའི་མི་ཆེའི་མདུན་ལམ་དང་དམིགས་ལུལ་དེ་འབྲོག་སོང་བ་རེད། དེ་འབྲོག་སོང་
 ན་མི་དེ་དག་གི་སེམས་ལ་སྤྲུག་ཅི་འདྲ་ཞིག་བཞག་ཡོད། གྲ་བ་འདི་ཐམས་ཅད་ལ་
 གཞོད་པ་འདི་འདྲ་བཏང་ན་འདི་དག་ལ་རང་རང་གི་ས་ཆ་ན་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་
 ཡོད། འདིའི་ནང་དུ་རྩོད་ཁག་སོ་སོར་དབང་བསྐྱར་བྱེད་ཐུབ་མཁན། རྟེན་པ་སོ་སོར་
 ཁ་ལོ་བསྐྱར་ཐུབ་མཁན་གྱི་མི་འདོན་ཐང་ཅན་དང་ཤུགས་ཀྱི་ཆེན་པོ་ཅན་མང་པོ་
 ཡོད། མ་མཐའ་ཡང་གྲ་བ་འདི་དག་མ་དགའ་ན་ལུལ་མི་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གྲ་བ་དེར་
 རྒྱབ་སྐྱོར་བྱེད་པ་ཤ་སྟག་རེད། གྲ་བ་འདི་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ཆོགས་སྟེང་ལ་འདི་ལྟར་
 བཀྲམ་དང་ན་མང་ཆོགས་དང་དེའི་སྤྱི་ཆོགས་ངོས་ནས་མེས་རྒྱལ་ལ་དགའ་བ་དང་
 རྒྱལ་ཁབ་ལ་དུང་བ་སོགས་ཡོང་རྒྱུ་མ་རེད། དེ་ནས་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་
 རྒྱལ་ཁབ་ལ་མི་དགའ་བའི་ཕྱོགས་དེའི་ཤུགས་རྩེ་ཆེན་རྩེ་ཆེར་འགྲོ་རྒྱུ་རེད། ད་
 དུང་གྲ་བ་འདི་དག་འགྲོ་ས་སྟོད་ས་མེད་པར་ཆགས་སོང་ན། གྲ་བ་འདི་ཆོ་རྒྱལ་ར་
 ལ་འགྲོ་རྒྱུ་རེད། འགྲོ་དོན་ནི་བྱང་ཁན་ཉང་གིས་རང་རང་གི་མདུན་ལམ་འབྲོག་
 སོང་བས་རྒྱ་ཁྱེན་ལ་བསྟེན་ནས་འགྲོ་རྒྱུར་ཆགས་སོང་བ་རེད། དེའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་

རྒྱ་གར་ལ་ཐོན་ནས་ཐོག་མའི་དམ་བཅའ་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ་རྒྱལ་ཁབ་ལ་གཞི་
 པའི་ལས་ཀ་དང་བྱ་བ་བསྐྱབ་རྒྱུ་རེད། དེ་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་ནི་རང་དབང་ལྷང་བ་རེད་
 དུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་རྒྱལ་ཁབ་ལ་གཞི་པའི་དྲིལ་བསྐྱགས་ཀྱི་ལས་ཀ་ལྷ་མཐུང་
 བས་སྒེལ་རྒྱུ་རེད། དེ་ལྟར་སྒེལ་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་མཆོན་སྟན་གྲགས་ལ་ཡང་གཞི་པ་
 རེད། ཁ་སང་དེ་རིང་གྲུང་ཁྲན་ཏང་ལ་མཆོན་ན་ཡང་མཆོན་སྟན་གྲགས་དགོས་མཁོ་
 ཆེ་བའི་དུས་སྐབས་ཤིག་རེད། དེས་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྟན་གྲགས་སོགས་ལ་ཚྭ་གས་
 གང་ཐད་ནས་འདང་ཞིག་བརྒྱབ་ནས།

ཟུ་བ་འདི་དག་གི་འདོད་དོན་ནི་འབྲས་སྤྲངས་དགོན་པ་ནས་འབྱུང་དགོས། འབྱུང་
 དགོས་ན་འབྲས་སྤྲངས་དགོན་པ་ནས་འཛོག་རྒྱ་ནི་རེ་བ་རེད། ད་དུང་འབྲས་སྤྲངས་
 དགོན་པ་དམག་གི་ལག་ལ་འཛོག་རྒྱ་མང་སོང་། ཉི་མ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ལས་བྱེད་པ་
 གཅིག་གིས་ཡང་ཁ་ཡ་མ་བྱས་ཐལ། ཞེས་མདོར་བསྟུན་ནས་བཤད་ན་ནང་དོན་དེ་
 འདྲ་ཞིག་རེད།

ང་ཆོའི་རེ་བ་ཆ་ཆང་ནང་དེར་རིལ་རིལ་བྱས་ནས་བཤད་ཡོད། རང་
 རང་ས་ནས་རེ་བ་འདྲ་པོ་འབྱི་བེར་མཁན་དང་སྟེར་བེར་མཁན་ཡང་མང་། སྐབས་
 དེར་ང་ཆོའི་གནས་ཚུལ་རྩ་དྲག་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད། དེ་འདྲའི་སྐབས་ཤིག་ལ་སྟན་ལྷ་
 དེ་འདྲ་ཞིག་སྐུལ་བ་དེའི་དབང་གིས་ཡར་འཕེལ་ལ་གཞི་པ་དང་ཉེན་ཁ་ག་འདྲ་
 ཞིག་བྱུང་ཡོང་བས་མ་ནས་འདང་མང་པོ་བརྒྱབ་ནས་ཆོད་དཔག་ཀྱང་བྱས། ཡང་
 ཚྭ་གས་གཅིག་ནས་བཤད་ན་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེར་དགག་པ་བརྒྱག་དགོས་ཟེར་བ་
 དེ་མི་འགྲིག་གི། དེ་ནི་ཉོག་ཏུ་མེད་སར་ཉོག་ཏུ་བཞེས་བ་རེད། ཅེས་ཡང་བཤད་ནི་
 རེད། གཞུག་ནས་ཅང་སྟོན་མེད་ཐལ། གཞུག་ནས་བསྐྱད་གི་བསྐྱད་གི་རེ་ཡང་དང་
 རེ་སྟོད་རེད། ཚུར་ལ་ཡང་བཙོན་མའི་མིང་དང་བཙོན་ཁང་བེར་བའི་སྐད་ཆ་དེ་
 བེད་སྟོད་བྱེད་མི་ཆོག། སློབ་མ་དང་སློབ་སྦྱང་བྱེད་ས། ང་ཆོ་སྤང་མཁན་གྱི་ཉེན་

རྟོག་པ་དེ་ཚོའི་མིང་ལ་ཡང་དགེ་ཆུན་ཞེས་ཟེར་དགོས། དེ་ལྟར་མ་བཤད་ན་ཆབ་
སྲིད་ཀྱི་གནད་དོན་ཡོད་ཟེར།

ང་བརྒྱད་ལྔ་ར་ང་ཚོའི་བོད་མི་དེ་འདྲ་མང་པོ་ཞིག་བཟུང་ནས་བཙོན་
འཇུག་བྱས། བྱད་པར་བཏང་། དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཆེ་མ་རིང་བར་ཤི་སྤང་བ་མང་པོ་བྱུང་
ནི་རེད། འདིར་གྲུ་བ་བརྒྱད་བརྒྱ་ཡོད། འདི་རེ་རེའི་ཁོར་ཡུག་དང་པ་མེས་ཡང་མེས་
དག་གི་ནང་ལ་འདི་འདྲའི་དོན་དག་མ་བྱུང་ས་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་ནི་མ་རེད། ཡིན་ན་
ཡང་གྲུ་བ་ཆོས་བཙོན་ཁང་ནང་ན་འདི་འདྲའི་སྐྱུག་འདག་གི་ཡོད་པ། འདི་ལ་ཡང་
ཚྭ་གས་གཅིག་ནས་འདི་འདྲའི་གདུག་རྩལ་ཅན་གྱི་ཆབ་སྲིད་བཟོད་སྟོད་བྱས་ནས་
མནར་གཅོད་ཚུང་གི་ཡོད། ཚྭ་གས་གཅིག་ནས་བོད་ཀྱི་དམངས་སེམས་འགྲུག་ཆེད་
དུ་རྟོགས་སྒྲིམ་བྱེད་དགོས་ཟེར་ནས་ཞིང་ཆེན་གཞན་པ་དང་མི་འདྲ་བར་སྒྲོར་མོ་
དུང་ཕུར་བཙོན་ལྟ་བུ་བྱུག་བཏང་ནས་རྟོགས་སྒྲིམ་བྱེད་གི་འདུག འདི་འདྲའི་གདུག་
རྩལ་ཅན་གྱི་སྲིད་རྩམ་ཤིག་ལག་བསྟར་བྱས་ཕྱིན་ཆད་སྒྲོར་མོ་འདི་འདྲ་བཏང་ནས་
དམངས་སེམས་ཤིག་གཏན་ནས་འགྲུག་སྤྱོད་རྩལ་ཆུ་མ་རེད། སྟོན་ཆད་ང་བརྒྱད་སྐབས་
སུ་བསད་ཟིན་པ་དག་རྒྱ་མིས་བཤད་ན་ཇག་པ་ཟེར། འདི་ངོ་མ་ཇག་པ་མ་རེད།
མང་ཆོག་ས་རང་རང་གི་ཡུལ་ལ་རང་རང་བསྐྱད་ཡོད་དུས་རྒྱ་དམག་ཡོང་ནས་
གསོད་འཕྲོག་བྱས་ནས་བྱད་སྤང་ནི་རེད། མང་ཆོག་ས་བསད་དང་ན་ད་དུང་ཇག་
པ་བསད་ཟིན་ཞེས་བཤད་ནི་རེད། དེ་འདྲ་ས་ཆ་གང་ནས་ཡིན་ན་མ་བསད་ས་ཡོད་
རྒྱ་མ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་སྤྲ་མ་དགེ་བཤེས་འདི་ཆང་མར་སྒྲིན་ཆ་མེད་བཞིན་དུ་
འདི་འདྲའི་བཙོན་འཇུག་བྱས་ན། གྲུ་བ་འདི་ཆང་མར་བདག་པོ་ཡོད་ནི་རེད། འདི་
ཆང་མ་མང་ཆོག་ས་ཀྱི་སེམས་ནས་རྩ་ཆེན་པོ་རེད། འདི་དག་ལ་བཙོན་འཇུག་བྱས་
ནས་བོད་ཀྱི་དམངས་སེམས་ཅི་ལྟར་བྱས་ནས་འགྲུག་རྒྱ་ཡིན། ད་དུང་བོད་ཀྱི་ངོས་
ནས་བཤད་ན་མི་རབས་ནས་མི་རབས་བར་དུ་འདི་འདྲའི་མནར་གཅོད་དང་དམར་

གསོད་བཏང་ཟེན། འུ་ཆོས་འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་དག་ཤ་བཟང་ན་སྟོང་པོ་ཡོད་ནི་མ་
རེད་མ་གཏོགས། ཡོད་རྒྱ་ན་གྲུང་ཁུབ་ཏང་ལ་དག་ཤ་མི་ཆོད་ན་སྟེ་ལ་ཆོད། བ་མེས་
ཡང་མེས་ནས་བསད་ནས་ཡོང་ནི་རེད། ད་དུང་གསོད་བཞིན་པ་རེད། འདི་འདྲར་
དག་ཤ་མི་ཆོད་པར་སྟེ་ལ་ཆོད། འདི་འདྲའི་སྟོང་ནད་ཅིག་མང་ཆོག་གི་སེམས་ལ་
བཞག་དང་འཇོག་བཞིན་པ་རེད། ངས་འདི་དག་སྟེ་ལ་བསམ་ཡོད།

རྗེས་ནས་ཀླན་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་ཀྱིས་ཀྱང་། སྟན་ལྷ་ཞིག་སྟེ་ལ་ནི་རེད།
དེའི་ནང་དོན་ལས་བྱེད་པ་ཆོས་ཀྱང་བཟང་གི་ཟེར། ཡར་འཕེལ་གྱིས་སྟན་ལྷ་སྟེ་ལ་
བ་ནས་བཟུང་ཀླན་ཡེ་ཤེས་དངོས་གྲུབ་ཁོ་ཆོས་ཀྱང་བཟེ་འཇོག་ཡག་པོ་རེ་བྱེད། དེ་
ནས་ལྷ་བ་གསུམ་འགོར་རྗེས་མཆོ་སྟོན་སོགས་ཀྱི་ཁྲུལ་སོ་སོའི་ཆོས་ལུགས་ཅུ་ཅུ་
དང་ཉེན་རྟོག་པ་སོགས་ཡོང་ནས་མཆོ་སྟོན་གྱི་གྲུ་བ་ཆོ་ཆང་མ་རང་རང་གི་རྫོང་
ལ་བསྐྱུལ་ནི་རེད། རྒྱལ་ན་སི་ཁྲོན་དང་ཀན་སུ་ཁུ་ཞིང་ཆེན་གྱི་གྲུ་བ་ཡོད་པ་རེད།
ཀན་སུ་ཁུ་ཞིང་ཆེན་གྱི་གྲུ་བ་མར་བྱེར་སོང་བའི་རྗེས། ཨོ་ལི་མ་མེས་ཁྲུ་འཆོག་ས་པའི་
རྗེས་ནས་སི་ཁྲོན་གྱི་གྲུ་བ་ཆོ་ཡང་ཡུལ་ལ་བསྐྱུལ་ནས་ཉེན་བཅུ་ནས་རང་རང་སར་
བཏང་ནི་རེད། ང་ཆོ་ཡང་རང་རང་གི་རྫོང་ནས་ལྷ་བ་གཅིག་གི་རིང་བཀག་ཉར་
བྱས་ནས་རང་རང་སར་བཏང་ནི་རེད། ང་ཆོ་བྱིར་གཏོང་སྐབས་ཡང་ང་ཆོས་ལྷ་
སར་སྟོབ་གཉེར་བྱས་ནས་དཔེ་ཆར་བཞུགས་ཏེ་བསྟན་ཡོད་པ་འདི། ང་ཆོ་མི་གཅིག་
གཉེས་ཤིག་གི་གནས་ཚུལ་མིན་པར། བོད་འདིར་སངས་རྒྱུས་བསྟན་པ་གནས་མི་
གནས་ཀྱི་སྟོག་རྩར་ཐུག་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་བཤད་ནི་ཡིན། ཡར་སོང་ན་རང་རང་
གི་ས་ཆའི་གྲུ་བའི་སྟེང་ཀ་རྩེ་ཡག་ལ་བཏང་བ་དང་། ས་གནས་ཀྱི་སྟོབ་སྟོང་རྩེ་ཡག་
ལ་བཏང་བ། བསམ་སྟོབ་སྟེང་ཀ་རྩེ་ཡག་ལ་བཏང་ནི་ཡིན་ཚུལ་བཤད། གནས་ཚུལ་
འདི་དག་གི་འགག་སྟོ་ནི་ཡར་སྟོབ་གཉེར་ལ་གཏོང་མི་གཏོང་ལ་ཐུག་ཡོད་ཚུལ་
སོགས་བཤད་ནི་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་ཁོ་ཆོས་འདང་རྒྱུ་ཟེར། རྗེས་ནས་ཅང་བཤད་

རྒྱ་མེད་སོང་།

འབྲས་སྤྱངས་སུ་ཉིས་སྟོང་ལོ་འདིའི་ནང་དུ་ཡར་ལངས་ཐངས་གསུམ་ལ་
བྱས། རྒྱ་ནག་གིས་རྒྱ་དུ་བོད་ཡར་ལངས་བྱེད་སྐབས་དོན་དག་མེད་པའི་གནས་
ཚུལ་ཞིག་ལ་ངོས་བཟུང་ནས། དོན་དག་ཡོད་ན་ཡང་མེད་པའི་ཚུགས་ཀ་བྱས་ནས་
ཡར་ལངས་མ་བྱས་པའི་ཚུལ་བཤད་ནི་རེད། བཅ་རྒྱ་ཕྱི་རོལ་དུ་བསྐྱགས་སྐབས་
ཀྱང་དབྱང་གིས་བོད་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་སྲིད་ཅུས་ལག་བསྟར་བྱས། དམིགས་
བསལ་གྱི་རོགས་སྐྱོར་བྱས་ནས་བོད་ཡར་རྒྱས་འགོ་བཙུག་ཡོད་པ་དང་བོད་མང་
ཚོགས་ཀྱི་འདོད་པ་ཆེ་མ་ཡོད་ལ་བོད་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ཀྱང་དགའ་བསུ་བྱེད་བཞིན་
ཡོད་ཚུལ། བོད་མི་ལ་ལས་ཤེས་རྒྱལ་ལ་སློ་དཀར་པའི་ཚུལ་བཤད་གི་ཡོད་ནི་རེད།
གཙུག་པོ་ཀྱང་དབྱང་ལ་མི་དགའ་བའི་མི་བོད་ནང་ན་མེད་ཅེས་བཤད་བཞིན་ཡོད།
ཐངས་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལངས་དུས་རྒྱ་ནག་གི་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་མགོན་ཆབ་པ་དེ་
ཚོས་ཚིག་གཅིག་ཀྱང་མ་སྒྲུབ་ནི་རེད། ང་རང་ཆོད་ངོས་ནས་བལྟས་ན་རང་ཉིད་
དངོས་སུ་དེའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ལས་འགུལ་དེ་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་ཞིག་
དང་བཤད་ན་སྒྲུབ་རིན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་གསལ་བོ་ཡིན་ནི་རེད། ཡིན་ནའང་རྒྱ་
ནག་གིས་དེའི་སྐོར་མ་བཤད་ནི་རེད། གནས་ཚུལ་དེ་ཆང་མ་ཆེ་བ་རྒྱུ་དུ་དང་རྒྱུ་
དུ་མེད་པར་བཏང་ནས་བྱ་བ་སྒྲུབ་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་རེད་བསམ་ཡོད།

ད་ལོའི་གསུམ་བཅའི་དུས་དྲན་སྐབས་ཀྱི་དོན་དག་འདི་ནི་ཉེན་གསུམ་ལ་
ཆབས་ཆེན་བྱས་ནས་བྱུང་བ་རེད། ལྷག་པར་དུ་གསུམ་གཅིག་བཞིའི་དོན་རྒྱུ་འདི་
བྱུང་སྐབས་ང་རང་གི་སེམས་ལ་འབྲས་སྤྱངས་ཀྱི་དོན་དག་དེ་ཡིན་ན་རྒྱ་ནག་གིས་
གསང་དང་ན་གསང་བྱུང་ནའང་། མི་བསང་མེར་བསྐྱེད་ཀྱི་དོན་རྒྱུ་ཆེན་པོ་
འདི་ནི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་ཅི་ལྟར་བྱས་ནས་བཤད་རྒྱུ་ཡིན་ནམ། ཞེས་ཆོས་ཀྱོགས་པན་
རྒྱུ་ལ་སྒྲུབ་ཅིང་། སློ་ཡུལ་ལས་འདས་བཞིག་ལ་དོན་རྒྱུ་དེ་སྤྲོ་ལངས་ནས་བྱི་

ངོ་ཁྲབ་བསྐྱགས་བྱེད་སྐབས། རྒྱ་ནག་གིས་དོན་དག་དེའི་ངོ་བོ་བསྒྱུར་ནས་ཏཱ་ལའི་
 རུ་ཆོགས་ལ་འཆར་གཞི་ཡོད་པ། སྤྱི་ག་འདུགས་ཡོད་པ། ཆགས་སུ་ཚུད་པའི་གོ་
 རིམ་དེ་དག་བརྒྱུད་ནས་མེས་རྒྱལ་ཁ་བྲལ་ལ་བཏང་བ། མི་མང་གི་ཆེ་སློག་དང་རྒྱ་
 རྩོད་ལ་གཞོན་པ། འདི་དག་ནི་མི་དམངས་སྲིད་གཞུང་གིས་ཐག་གཅོད་དང་མགོ་
 མཐོན་ནན་མོ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་བསྐྱགས་སོང་། ཉེན་བརྒྱུད་ནི་སྐར་མ་བཅོ་ལྔ་ལ་
 བོད་སྐད་དང་སྐར་མ་བཅོ་ལྔ་ལ་རྒྱ་སྐད་ཀྱིས་བཏང་ནི་རེད། དེའི་རྗེས་ནས་རྒྱལ་
 བ་རིན་པོ་ཆེར་ངོ་རྒྱལ་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་བཅའ་ནས་དེ་ལ་བཤད་འདུག་སྐབས་སུ་
 ཡང་སྐད་དེ་མ་གཏོགས་ཅང་བཤད་རྒྱུ་ཡོད་ནི་མ་རེད། མི་གཅིག་གིས་བཤད་ན་
 ཡང་དེ་རེད། གཉིས་ཀྱིས་བཤད་ན་ཡང་དེ་རེད། རང་སྤྱོད་སྤྲོངས་ཀྱི་འགོ་གཙོ་ཀྱང་
 ཅིན་ལན་གྱིས་བཤད་སྐབས་སུ་ཡང་སྐད་ཆ་དེ་རེད།

ཉེན་འགའི་རྗེས་ནས་བུན་ཅ་པོ་ལ་བཅར་འདྲི་བྱེད་སྐབས་སུ་རྒྱའི་
 གསར་འགོད་པ་དག་གིས་དཔལ་འབྱོར་གྱི་གནས་ཚུལ་ཉག་ཉག་རེད། ཕྱི་སྤྱིང་བའི་
 གསར་འགོད་པ་ཆ་ཆང་གིས་བོད་ཀྱི་དོན་ཀློན་རྒྱུད་རྒྱུད་ངོས་ཐལ། དེའི་སྐབས་སུ་
 ཡང་སྐད་ཆ་ཨ་ན་མ་ན་མང་ཆོགས་ལ་ཐོག་དང་པོར་བསྐྱགས་པ་དེ་མ་གཏོགས་
 གཅིག་ཀྱང་བཤད་རྒྱུ་མེད། གསུམ་གཅིག་བཞིའི་དོན་ཀློན་ཆང་མ་སྐད་ཆ་དེ་
 གཅིག་བྱས་བཀལ་ནི་རེད། ཕྱི་རོལ་ལ་བསྐྱགས་སྐབས་དྲག་པོའི་འོས་ལངས་ཡིན་
 བོ། མི་མང་གི་ཆེ་སློག་ལ་གཞོན་སྟོན་བཏང་ནི་ཞེས་བཤད་ནི་རེད། ང་ཆོ་རང་ཉིད་
 དེའི་ཁྲིད་ན་ཡོད་ནི་རེད། རྒྱ་ནག་གི་སྲིད་ཁྲིམས་འདི་བོད་ལ་ལག་བསྟར་བྱས་པ་མི་
 འགྲིག་ནི་བོད་མང་ཆོགས་འདི་འཐད་པ་མིན་ནི་དེ་བདེན་དཔང་བྱས་ཡོད། ད་ནི་
 གྲུང་ཁབ་ཉང་གིས་བོད་ལ་བཤད་རྒྱུའི་སྐད་ཆ་ཞིག་མེད་བསམ་ཡོད། ཡིན་ན་ཡང་
 ཁོ་ཆོས་བཤད་དུས་ཁ་བྲལ་བ་ཆེས་ཉུང་ཤས་ཤིག་གིས་འདི་འདྲའི་གཏོར་བརྒྱག་
 བྱས་ནི་རེད་ཅེས་བཤད་ནི་རེད། འདི་ནི་རྒྱ་ནག་གིས་བོད་མང་ཆོགས་ཀྱིས་གྲུང་

ལྟན་ཏང་ལ་མི་དགའ་བའི་རྣམ་འགྱུར་བསྟན་པ་དེ་བསྟུར་ནས་འདི་ལྟར་བཤད་ནི་
རེད།

དེས་ན་གསུམ་གཅིག་བཞིའི་དོན་རྒྱན་འདི་ལ་འབྲེལ་བཤད་རྒྱལ་སྤངས་མང་པོ་
འདུག ཞི་བའི་འོས་ལངས་རེད་ཅེས་བཤད་ན་ཡང་ཆོག་གི། དྲག་པོའི་འོས་ལངས་
རེད་ཅེས་བཤད་ན་ཡང་ཆོག་གི། རྒྱ་ནག་གི་དྲག་པོའི་འོས་ལངས་གི་འདྲ་པར་དང་
བརྟན་འཕྲིན་རྒྱུ་རྒྱུ་བསྟན་ནི་རེད། འབྲས་སྤངས་ན་གྲུ་བ་ཆོ་སྐོར་ཆོགས་སྐོར་
ཆོགས་བྱས་ཏེ་ཅོག་ནས་བསྐད་ཡོད་པ་འདི་འདྲ་སྟོན་སྤུ་རྒྱ་ན། འོ་འདི་ཞི་བའི་
འོས་ལངས་ངོ་མ་ཞིག་རེད་ལ་འདོད་སྤྱེལ་ཞིག་སྟོན་སྤུ་རྒྱ་ན་རེད། ང་རང་གི་སེམས་
ལ་ཨ་ཤི་རྟེ་གོ་འབྲས་སྤངས་ཀྱི་འདྲ་པར་འདི་དག་པར་ཕྱོགས་ལ་ཐོན་སྤུ་རྒྱ་ན་ཞི་
བའི་འོས་ལངས་ཡིན་པའི་བདེན་དཔང་དང་ཞི་བའི་འོས་ལངས་བཅའ་སྤངས་འདི་
འདྲ་ཞིག་རེད་བསམ་རྒྱུ་རེད། ཡིན་ན་མིན་ན་རྒྱུ་བསྐྱེད་པ་ཕྱོགས་འཕྲོག་བཅོམ་གྱི་འདྲ་
བརྟན་ཏག་ཏག་སྟོན་དགོས་ནི་མ་རེད།

ལྷ་སའི་སྤྱིང་ནས་མི་མང་ཅོག་ནས་འདུག་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་དང་དེ་ལྟར་
བྱེད་ས་འགོ་ནི་མ་རེད། ང་ཆོ་ལྷ་སའི་མི་དེ་དག་གིས་དྲག་པོའི་འོས་ལངས་བྱས་
དང་ནི་རེད། དེ་མ་འགྲིག་ཅེས་བཤད་ས་མི་འགོ་ འབྲས་སྤངས་ནས་ཆང་མ་གྲུ་བ་
རེད། བཅོག་ནས་བསྐད་ན་བཅོག་ས་ཡོད། ཞི་བའི་འོས་ལངས་བཅའ་ས་འགོ། ད་
དུང་ཆང་མ་དགོན་པ་གཅིག་གི་གྲུ་བ་རེད། འུ་ཆོས་དྲག་པོ་ལས་ཉན་ནི་མ་རེད་
ཅེས་ཞི་ཕྱོགས་ལ་གྲོས་ཞིག་བྱས་ན་བྱེད་ས་འགོ། ལྷ་ས་ནས་མང་ཆོགས་ཕྱོགས་སོ་
སོ་ནས་འདུས་ཏེ་བྱུང་ན་དེ་འདྲའི་ལས་ཀ་ཞིག་མ་གཏོགས་ལས་རྒྱ་མེད། དེ་འདྲ་
ཞིག་མ་གཏོགས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་རྣམ་འགྱུར་སྟོན་རྒྱ་མེད། འབྲས་སྤངས་ནང་བཞིན་
གྱི་ཞི་བའི་འོས་ལངས་བྱེད་སའི་ཁོར་ལུག་མེད། ཀང་མཁྱོགས་བྱས་ནས་ལས་ཀ་དེ་
སྤུ་རྒྱ་ནས་ཡར་བྱོས་མར་བྱོས། དེ་འདྲ་མ་གཏོགས། ང་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཡར་ལངས་

རྒྱལ་མཁན་ཡིན་ཞེས་གཤམ་བསྐྱེད་ནས་འགྲོ་སྟོན་ཡོད་ནི་མ་རེད། ཐེ་མན་དང་ཁང་
 ཀང་སོགས་ཕྱི་རྒྱལ་ནང་བཞིན་ཡར་ལངས་བྱེད་ས་མེད། གྲུང་ཁྱེད་ཏང་ལ་དེ་ལྟར་
 མི་འགྲོ་བ་ཤེས་གསལ་རེད། དེ་འདྲའི་ལས་ཀ་ཞིག་མ་ལས་ན་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་གྲགས་ནི་
 ཞིག་བཅའ་མི་ཐུབ། མ་གཞི་ནས་ཞི་བ་ཡིན་ན་ཡང་མཐའ་འཁོར་ན་དྲག་པོ་དེ་འདྲ་
 རུང་བྱེད་པའི་ཡོད་ནི་རེད། དེ་ལྟར་བྱེད་པས་མ་གཟས་ནས་ཅ་འདྲུགས་བྱེད་མི་དགོས་
 པར་མི་མང་འཆོགས་ན་མིའི་རང་བཞིན་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཐོན་འཛོག་ནི་རེད།
 མི་མ་ཤི་ན་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཁྱེད་གྲུང་དེ་འདྲ་ཞིག་གྲུང་དགོས་རྒྱུ་རེད། དེ་མ་སྦྱབ་
 ན་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་བོད་ནང་ན་འདི་འདྲའི་དཀའ་ཁག་ཅིག་ཡོད་ཅེས་སྟོན་རྒྱ་
 མེད། ཡིན་ན་ཡང་མི་ཁྲི་གཉིས་ལྷག་ཡར་ལངས་བྱས་ནི་རེད། རྒྱ་མིས་བཤད་ན་མི་
 བཅོ་བརྒྱད་ཤི་སོང་བེད། མི་ཁྲི་གཉིས་འཆོགས་ནས་མི་བཅོ་བརྒྱད་མ་གཏོགས་མ་
 ཤི་ན་ངོ་མ་མི་མ་ཤི་བེད་ན་ཆོག་ནི་རེད། ཡར་ལངས་འདི་ནི་ཞི་བའི་ཡར་ལངས་
 ཞིག་ཡིན་པ་ཐག་གིས་བཅད་ན་ཆོག་གི་དཔེར་ན། ཞིན་ཅང་གི་མི་གཅིག་གིས་
 མི་སྤངས་འཁོར་གང་རེ་གསོད་གི་འདུག དེ་ཆོས་མི་དུ་གསོད་ཐུབ་ན་དུ་གསོད་རྒྱ་
 མ་གཏོགས་ཅང་ཆད་ཐིག་འདྲ་མེད། བོད་པ་དེ་འདྲ་མ་རེད། ལ་ཤས་ཀྱིས་བཅག་
 གཅིག་ཅམ་བྱས་ན་ཡང་། རྒན་པ་དང་བསམ་ཤེས་དག་གིས་མ་རྒྱལ་ རྒྱལ་ཉན་ནི་
 མ་རེད་ཅེས་བེད། བརྒྱད་རུ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ཡར་ལངས་སྐབས་སུ་ཡང་ལ་ལས་འདྲ་
 པར་ལེན་མཁན་ཕྱི་རྒྱལ་བ་དག་ལ་དོས་རྒྱལ་གི་འདུག་བེད། ལ་ལས་དོས་རྒྱལ་ཉན་
 ནི་མ་རེད། འདྲ་པར་སྤངས་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་ཁག་ལ་བཀྲམ་ན་བཟང་ནི་རེད་བེད། ཞེས་
 བཤད་མཁན་མང་། མང་ཆོགས་ཀྱིས་དོས་རྒྱལ་ཉན་ན་མི་ཉན་སའི་དབྱེ་བ་འབྱེད་
 ཐུབ་ནི་མ་རེད།

ལྟ་སར་གསུམ་གཅིག་བཞིའི་སྐབས་སུ་ཐོག་དང་པོར་གསེར་དང་དངུལ་གྱི་ཆོང་
 ལང་བཅོམ་ཤུལ་ན་གསེར་དངུལ་མང་པོ་ཐང་ན་བཀྲམ་འདུག རྒྱ་བྱེད་མཁན་ནི་

མེད་ཟེར། རྒྱ་ཉན་ནི་མ་རེད་འུ་ཚོ་མི་རིགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་ལངས་ནི་རེད། འུ་ཚོ་ངག་
 པ་མ་རེད། དེ་ནས་ཡུན་གྱིས་མི་ཁ་ཁར་གྱིས་མ་འདྲོམས་པར་དེ་འདྲ་འགའ་རེ་
 སྒངས་ནས་རྒྱ་འཕྲིག་གི་དོ་བོར་གྱུར་སོང་ནི་རེད། དེའི་སྐབས་སུ་མི་ཆང་མ་གོས་
 ཁ་བྱང་ནས་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཐམ་པ་རྒྱ་མི་དང་རྒྱ་མིའི་ཆོང་ཁང་བཅོམ་དགོས་ནི་རེད་
 ཟེར་བའི་གཅིག་ཆོད་དེ་མེད། དེ་ན་འགྲོ་བཞིན་པ་དེས་ཡར་ལངས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་
 པའི་བདེན་དཔང་བྱེད་མི་ཐུབ། མི་ཁྲི་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་མི་བཙོ་བརྒྱད་ཤི་སོང་བ་
 དེ་ཡང་སྐབས་མ་ལེགས་པར་ཤི་བ་རེད་མ་གཏོགས། བསམ་གཟས་ནས་མི་གཅིག་
 གྲང་མ་བསད། འདི་ལ་བལྟས་ན་བོད་ཀྱི་ཡར་ལངས་འདི་ཞི་བའི་ཡར་ལངས་ཡིན་
 པ་ཐག་གིས་བཅད་ན་ཆོག་གི། རོ་མ་བོད་ཀྱི་མང་ཆོགས་རྒྱ་གྲང་ཁྲན་ཏང་ལ་མི་
 དགའ་བ་འདི་ཤུགས་རྒྱུར་རྒྱུར་ཞིག་མ་རེད། འདི་འདྲའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་གི་འོག་
 ནས་མི་འདི་འདྲ་ཞིག་མ་གཏོགས་མ་ཤི་བ་ནི་རོ་མ་ཞི་བའི་ཡར་ལངས་ཀྱི་བདེན་
 དཔང་རོ་མ་རེད། འདི་ནི་མང་ཆོགས་ཀྱི་རོས་ནས་ཆོས་དད་ཆེ་བ་དང་མི་བསད་
 ན་སྤྲིག་པ་ཆེ་བའི་བསམ་སྒོ་དང་། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་འཛམ་བུ་སྤྱིར་གི་སྤྱན་ནས་
 ཡིན་ན་ཡང་ཞི་བའི་ཡར་ལངས་འདིས་རྒྱས་བ་འདོན་ཐུབ་པའི་ཆབ་སྲིད་འདི་ཏ་
 བོ་གི་ཡོད་ནི་རེད། སྒྲ་བྲང་གི་ཡར་ལངས་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་རོས་རྒྱག་ཉན་ནི་མ་རེད་
 ཟེར་ནས་བཙོམ་ངག་གཅིག་གྲང་མ་བྱང་ཐུལ། སྒང་ནས་བོད་ཀྱི་དར་ཆ་ཕྱར་ནས་
 སོང་བ་མ་གཏོགས་དྲག་པོ་གཅིག་གྲང་མ་བྱས་ ཡིན་ན་ཡང་ཀུན་མཁྱེན་ཆང་གིས་
 སྦྱོབ་ནི་རེད་མ་གཏོགས། རྒྱ་ནག་གི་རོས་ནས་སྦྱོན་ཆ་ཆེན་པོ་འགའ་མཆིས་རེད་ཟེར།
 བོད་ཀྱི་གནད་དོན་འདི་སྒྲོར་མོ་སོགས་གང་གི་གནད་དོན་མ་རེད། ཆོས་ལུགས་
 ཀྱི་གནད་དོན་རེད། རྒྱ་ནག་གིས་བོད་འདི་དཔལ་འབྱོར་ཐད་ནས་རོ་མ་ཡར་རྒྱས་
 གཏོང་ཡང་ཐུབ་སྲིད། གཏོང་རྒྱ་ཡིན་ན་ཡང་ཐང་། སྒྲོར་མོས་ཐག་གིས་གཙོད་མི་
 ཐུབ་པའི་རྒྱ་མཆན་གཙོ་བོ་བོད་ཀྱི་གནད་དོན་འདི་དག་རིག་གཞུང་གི་གནད་དོན་

ཞིག་རེད། རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀྱི་བར་གྱི་ཚྭ་པ་འདི་ཡང་རིག་གཞུང་གི་ཚྭ་པ་རེད། རྒྱ་
དམར་གཞུང་དང་གྲུ་བ་གཉིས་ཀྱི་བར་གྱི་དོན་དག་འདི་ཐག་གིས་བཅད་ན། འདིའི་
མཚོན་པའི་བོད་ཀྱི་དོན་དག་ཡང་ཐག་གིས་ཚྭ་པ་རེད། བོད་ཀྱི་དོན་དག་གི་སྟོག་
ཅ་པར་གཏུགས་ན་གྲུ་བ་ལ་ཐུག་ཡོད།

འབྲས་སྤངས་ནས་ཉི་མ་འགར་ཡར་ལངས་བྱས་པ་དེའི་རྒྱུ་གིས་ལྟ་ས་
ནས་ཡར་ལངས་བྱས་བྱུང་། སྐབས་དེར་ལས་བྱེད་པ་ཆང་མ་ཕྱིར་འཐེན་བྱས་ནས་
དགོན་པ་དམག་གི་ལག་ཏུ་བཞག་དང་ནི་རེད། དེའི་སྐབས་དེར་བར་ན་སྐད་ཆ་
བཤད་མཁན་གྱི་མི་མེད་པས། བྱང་ཁྱབ་ཏང་གིས་བཤད་ན་རྒྱལ་གཅིས་ཚོས་གཅིས་
གྱི་མི་སྣ་ཞིག་མེད་པ་དེ་མ་འགྲིག་ནི་རེད། པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་ཆང་ལྟ་སྟོན་ཆད་
རྒྱལ་གཅིས་ཚོས་གཅིས་གྱི་མི་སྣ་དོས་འདྲིན་གྱི་ཡོད་ནི་རེད། རྒྱལ་གཅིས་ཚོས་
གཅིས་གྱི་མི་སྣ་བེད་སྟོད་བྱས་ཏེ་ལག་བསྟར་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་ན། དེ་འདྲའི་མི་སྣ་འབྲས་
སྤངས་ནང་ན་ཡང་ཡོད་ནི་རེད། སྟོན་ཆད་སྟོག་པོ་དགེ་ཆན་ཆང་ལྟ་སྟོན་ ༥་ལྟ་ཆན་
དགོན་མཚོག་ཉི་མ་དང་སྟོགས་ལ་སྤྱིང་ན་ཡང་མང་ནི་རེད། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་
དག་ཅ་ཆེན་པོ་དང་མཐོང་ཆེན་བྱས། དེས་བཤད་པའི་ཁ་ལ་ཡང་ཉན། རྒྱལ་ཁབ་
ཀྱིས་ཀྱང་དགེ་ཆན་དེ་ནམ་པ་བརྒྱུད་ནས་སྐད་ཆ་དེ་དག་དགོན་པའི་ནང་གི་གྲུ་
བ་ཆོར་བཤད། སྟོག་པོ་དགེ་ཆན་བཞུགས་ཡང་ལས་བྱེད་པ་ཆོ་དེར་རྗེས་མ་བརྒྱབ་
ཟིག་ཟེར་ན་ཆོག དེའི་མཚོན་པའི་སྟོགས་ལ་སྤྱིང་གི་དགེ་ཆན་ཆན་པ་དེ་ཆོའི་
མདུན་དུ་ཡང་ལས་བྱེད་པ་གཅིག་ཀྱང་ཕྱིན་ཡོད་ནི་མ་རེད། ལས་བྱེད་པ་དེ་དག་
གིས་དགེ་ཆན་དེ་ཆོ་ནི་གནའ་དང་མའི་སྤྱ་ཆན་དེ་ཆོ་ཆོས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཅིག་རེད་མ་
གཏོགས་སྤིད་ཕྱོགས་ལ་པན་ཐོགས་མེད་བསམ་ནས་དམག་ས་ཞིག་ལ་བཞག་ཡོད་
ནི་རེད།

དེང་སང་ཁོ་ཆོའི་སྤིད་རྩལ་ལག་བསྟར་བྱེད་སྐབས་དེའི་ནང་ལ་པན་ཐོགས་མཁན་

ཀྱི་མི་ཞིག་ལ་ཆ་བ་ནས་ངོས་འཛིན་བྱས་ཡོད་ནི་མ་རེད། མི་དེ་འདྲ་བེད་སྟོང་མ་
བྱས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་དོན་དག་འདི་དག་བྱུང་བ་རེད། དེའི་སྐབས་དེར་གྲུ་བ་ཆོ་ཆང་
མས་ལུ་ཆོས་སྐད་ཆ་ཞིག་བཤད་ན་ཡང་དེར་ཉན་ནི་ཞིག་མེད། ཅེས་སྐད་ཆ་མང་
པོ་བཤད་རྒྱ་ཡོད་ཟེར་ནས་ཉན་ནི་ཞིག་ལག་ལ་མ་ཡོང་བས་གྲུ་བ་ཆོ་ཆང་མ་གན་
ན་འཆོགས་ནས་བསྐད་ཡོད་ནི་རེད། ལས་བྱེད་པ་ཆོ་གྲུ་བ་ཆོའི་སར་མ་ཡོང་ནི་
རེད། འགའ་རེ་ཡོང་ན་ཡང་སྒྱུར་བཏང་གི་ལས་བྱེད་པ་རེད་མ་གཏོགས་རང་སྒྲིང་
སྒྲིངས་ཀྱི་འགོ་བྱིད་ཀྱི་ནང་དུ་སྐད་ཆ་འགྲོ་སའི་ལས་བྱེད་པ་དེ་འདྲ་གཅིག་ཀྱང་
ཡོང་གི་ཡོད་ནི་མ་རེད། ད་ལྟའི་སྐབས་འདིར་ཆང་མས་ཨ་ཤི་རེ་གོ་པ་ཆ་ཆེན་རིན་
པོ་ཆེ་ཆང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་རྒྱ་བེད། པ་ཆ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་ཆང་བཞུགས་ཡོད་ན་
ལུ་ཆོའི་ཆ་རྒྱུ་ཆང་མ་པ་ཆ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་ཆང་ལ་ཞུས་ན་ཁོང་གིས་ལུ་ཆོའི་སྐད་
ཆ་ཡིད་ཆེས། ཁོང་གིས་ཡང་རྒྱ་ནག་ལ་ཡར་ཁུ་བྱེད་ཐུབ། སྔོན་ཆད་པ་ཆ་ཆེན་རིན་
པོ་ཆེ་ཆང་བཅོན་གྲོལ་བཏང་ནས་གོ་ས་ཐོབ་སྐབས་སུ་ཡང་། པ་ཆ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་
ཆང་གིས་རེ་བ་ཡར་ཁུ་བྱས་ནས་ཁོང་དང་མི་རིགས་སྲིད་རྒྱུས་གཉིས་ཀ་འགྲོགས་
ཏེ་བོད་ལ་ཡོང་ནས་ལས་ཀ་ཞིག་ལག་བསྟར་བྱས་པ་རེད། དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་པ་ཆ་ཆེན་
རིན་པོ་ཆེ་ཆང་བཞུགས་དུས་ཀྱི་མི་རིགས་སྲིད་རྒྱུས་དེ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་
རེད།

དཔེར་ན། པ་ཆ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་ཆང་བཞུགས་དུས་ཆབ་ཆ་ནས་རྒྱ་མི་ལས་བྱེད་པ་
ཆོས་ཀྱང་བོད་ཡིག་སློབ་དགོས་པ་དེ་ལྟར་རེད། ཁོང་གིས་རྒྱ་མི་ལས་བྱེད་པ་ཆོར་
ཁྱད་ཆོ་བོད་ལ་རོགས་སྒྱུར་ལ་ཡོང་བ་རེད། ཁྱད་ཆོ་བོད་ལ་དཔོན་ས་འཛིན་པར་
ཡོང་ནི་མ་རེད། བོད་མི་གཡོག་ལ་བཀོལ་དུ་ཡོང་ནི་མིན་ཞེས་གསུངས་ནི་རེད།
བོད་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་དང་རྒྱ་མིའི་ལས་བྱེད་པ་གཉིས་ཀ་འདྲ་འདྲ་རེད། ལྷག་པར་རྒྱ་
རྒྱ་མིའི་ལས་བྱེད་པ་བོད་ལ་ཡོང་ན་མགོན་པོའི་རྒྱལ་དུ་སྟོན་དགོས་པ་དང་མགོན་

པོའི་བདག་དབང་མ་གཏོགས་མེད་དགོས་པ། བོད་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་མགོན་བདག་ལྟ་
བུ་རེད། མགོན་པོས་མགོན་བདག་གི་ཁང་བའི་ནང་དུ་དབང་ཆ་མང་པོ་བཀོལ་ས་
མེད་པ་ནང་བཞིན་བྱས་ནས་སྡོད་དགོས་པ་རེད། དེར་སང་གི་སྲིད་རྒྱུས་ཡིན་ན་
མགོན་པོ་མ་རེད། མགོན་བདག་གི་ཚུལ་དུ་བོད་ལ་ཡོང་ནས་ལག་བསྟར་བྱས་པ་
རེད། དཔེར་ན། ངས་ཁྱོད་ལ་བོད་ཀྱི་འཆོ་བ་རོལ་སྐངས་ལྟར་མགོན་བསྐྱེད་རྒྱ་
རེད། ཁྱོས་དེའི་ནང་ལྟར་དུ་ཟ་མ་ཟོས་ནས་ཁྱོས་ང་ལ་རོགས་སྐྱོར་བྱེད་དགོས་ནི་
རེད།

དེ་མ་གཏོགས་ཁྱོས་ངའི་ནང་ལ་གཏོར་བརྒྱག་བྱས་ན་འུ་གཉིས་ཀ་འགྲིག་
རྒྱུ་མ་རེད། ང་ཆོས་དད་ཅན་གྱི་མི་རིགས་ཤིག་རེད། ངའི་མཆོད་མདུན་དང་སྐྱ་
གསུང་ཐུགས་རྟེན་བཞེངས་ཡོད་ནི་རེད། ཁྱོད་ལྟ་མེད་སྐྱ་བ་རེད། ཁྱོད་ངའི་ནང་དུ་
ཁང་བདག་གི་ཚུལ་དུ་ཡོང་ན་ཁྱོས་ངའི་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་རྟེན་དང་མཆོད་མདུན་དེ་
དག་མེད་པར་བཟོ་རྒྱུ་རེད། དེའི་རྒྱུ་གྱིས་འུ་གཉིས་ཀ་འགྲིག་རྒྱུ་མ་རེད། ངས་བཅི་
བཀྱར་བྱེད་ས་དེར་ཁྱོས་དམའ་འབེབས་བྱེད་རྒྱུ་རེད། དེས་མཆོན་པའི་མི་རིགས་ཀྱི་
ཡུལ་སྲོལ་གོམས་གཤིས་ཆ་ཆང་མི་གཅིག་ མ་གཅིག་ན་ཁ་ཆང་པོ་བསྟར་དགོས་
དང་ནི་རེད། དེ་ལྟར་བྱས་ན་གནས་མང་པོ་ཞིག་ལ་གཏོར་བརྒྱག་ཐེབས་འགོ་བ་རེད།
ད་ལྟའི་སྲིད་རྒྱུས་ནི་མགོན་པོའི་སྲིད་རྒྱུས་མ་རེད། མགོན་བདག་གི་སྲིད་རྒྱུས་རེད།
ངའི་ནང་གི་བོད་སྤྱི་ཚང་མ་ཁྱོས་གཏོར་དང་ནི་རེད། ཐ་ན་བྱིས་པ་ཆོས་གོ་རིམ་
སྤྱི་གསལ་ཅམ་པོ་ཡང་གཏོར་དང་ནི་རེད། པཌ་ཆེན་རིན་པོ་ཆང་ལྟ་བུ་བཞུགས་
ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་ཉི་ཤོ་ཕེན་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་སྲིད་རྒྱུས་ལག་བསྟར་
བཅའ་བཅུག་ནི་རེད། ཁོང་ཆང་ལྟ་བུ་མེད་ན་ཉིང་ཤོ་ཕེན་གྱིས་ཀྱང་མེད་སྡོད་བྱ་
རྒྱུའི་མི་དེ་འདྲ་ཡོད་ནི་མ་རེད། སྲིད་རྒྱུས་དེ་ནི་བརྒྱུད་བརྒྱ་ཀྱང་ཀྱང་ཡོད་ཅིང་འཇུག་
སྐབས་ནས་བརྒྱུད་ལག་བསྟར་བྱེད་ས་མ་སོང་ནི་རེད། དེ་ནས་བརྒྱུད་སྲིད་རྒྱུས་དེ་

མགོན་པོ་འཇུག་པ་མ་ཤིང་། ལང་བདག་གི་ཚུལ་ཏུ་ཡོང་ནི་ཤིང་།

ཐ་ན་བོད་མི་ལས་བྱེད་པ་ཞིག་གིས་མི་རིགས་ལ་ཐན་པའི་རེ་ཁུ་ཅམ་
ཡང་འགྲོ་ས་མེད་པ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཆགས་སོང་པ་ཤིང་། དགོན་པའི་ནང་ན་གྲུང་ཐུན་
ཏུ་ཡོན་མེད། ཆབ་སྲིད་དང་རིག་གཞུང་སོགས་ཅི་ཞིག་བཤད་ན་ཡང་ནང་ཁུལ་
ཀྱི་གནད་དོན་ལྟ་བུ་ཞིག་རེད་མ་གཏོགས། ཕྱི་ལ་ས་རྒྱ་ཅི་ཡང་མི་ཆོད། སྤྱིར་ན་
འུ་ཆོའི་རྒྱུ་ཆ་འདི་དག་གིས་ས་རྒྱ་ཆོད་དགོས་ནི་ཤིང་། འུ་ཆོའི་རྒྱུ་ཆ་འདི་དག་
གྲུང་དབྱང་ནས་ལག་བསྟར་བྱེད་རྒྱུ་ལྟེན་དུས་ཤིག་ཡིན་ནི་ཤིང་། འདི་འདྲའི་
རྒྱུ་ཆ་ཞིག་མི་སྤྱད་ཁ་ནས་ཡང་ཡར་ལ་འགྲོ་བུལ་གྱི་ཡོད་ནི་ཤིང་། ང་ཆོ་གོར་མོའི་
བཅོན་ལང་ནང་ཏུ་ཡོད་རྒྱལ་བ་བོད་མི་ལས་བྱེད་པ་ཞིག་གིས་ང་ཆོར། ད་རྒྱལ་བ་
མི་རིགས་ཤིག་དང་རིག་གཞུང་ཞིག་ཅས་དེ་དག་བཤད་ནི་ཅན་པོ་མིན། དེའི་སྤྱིང་
ནས་སེམས་སྟོན་ཆད་ནས་ཤི་ཆར་བ་ཡིན། ད་ཅིག་བྱུང་ན་མ་བྱུང་ན་སྒྲིལ་བས་
ལགས་བྱེད་ཆོ་ཤིང་། ཁོ་དང་ཁོའི་སློབ་གྲོགས་གཉིས་སློབ་བྲལ་ཆེན་མོ་ནས་མཐར་
བྱིན་རྒྱལ་བ་ཆེན་ལག་བོད་ཡིག་ཆེན་ལག་ཤིང་། བྱ་བ་ལས་དུས་བོད་ཀྱི་སྒྲོར་ནས་
རྒྱུ་ཆ་ཞིག་བཤད་རྒྱུ་ཡར་ཞོག། ཁྱོད་ཀྱི་ཆེན་ལག་བོད་ཡིག་ཆེན་ལག་ཡིན་ན་
ཁྱོད་བྱ་བ་ལས་དུས་ཁྱོད་དགོས་མཁོ་མེད་པར། ཁོའི་སློབ་གྲོགས་དེ་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་
ལྟ་སྟེགས་བུད་ནས། ལས་བྱེད་པའི་གྲས་ནས་ཐུད་ནས་བྱ་བ་མེད་པར་བཏང་སོང་
བ་ཤིང་། དེ་ནས་ཁོ་ཡང་དེ་བཞིན་ཡིན་རྒྱུ་ཤིང་བསམས་ཏེ་སྐྱེད་ནས་ཏང་གི་ནང་
དུ་ཞུགས་པས་སྟོན་མེད་སོང་ཟེར། ད་ལྟ་ཁོས་བྱ་བ་འདི་དག་ལས་ན་མི་རིགས་
དང་རིག་གཞུང་ཐམས་ཅད་དོར་དགོས་འདུག། མ་སྒྲིབ་ན་ཁོའི་བྱིས་པ་དང་བཟའ་
ཆང་པ་མ་གཉིས་ཀ་ཆ་ཆང་ཁོ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱེད་ཡོད་ནི་ཤིང་ཟེར་ནས་སྐྱེད་སྤྱོད་
འདོན་བཞིན་འདུག། འདི་ནི་ལས་ཁུངས་སུ་ཡོད་པའི་བོད་རིགས་ལས་བྱེད་པ་ཞིག་
ལ་འཕྲད་བཞིན་པའི་དཀའ་ངལ་ཤིང་། དེས་མཆོད་པའི་བོད་རིགས་ལས་བྱེད་པ་

མཐོ་ཤོས་དག་གིས་མི་རིགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་གྲུང་ཐུབ་གི་ཡོད་ནི་མ་རེད། དེ་འདྲའི་
སྐད་ཆ་ཞིག་བཤད་བཅུང་ན་དེ་ནས་བཟུང་ཁྱོད་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཞུ་མོ་བསྐོས་རྒྱ་
རེད། ཁྱོད་ལ་ཆབ་སྲིད་ཀྱི་ཞུ་མོས་གཡོགས་ཟིན་ན་ཁྱོད་སྐྱེས་ཀྱང་སྐྱོབ་མི་ཐུབ། ཞུ་
མོ་དེ་འགོག་རྒྱུའི་ཆེད་དུ་ལས་བྱེད་པ་ཆང་མས་མི་རིགས་ཀྱི་གནད་དོན་སྐོར་གྱི་
སྐད་ཆ་བཟུང་ཅམ་ཡང་གྲུང་ཐུབ་ཐབས་ཡོད་ནི་མ་རེད།

ཟུ་བ་ཆའི་བསམ་འཆར་དེ་མ་རེད། ང་ཆའི་སྲིད་སྲུག་འདི་རང་སྦྱོང་
སྦྱངས་ཀྱི་ནང་དུ་བཤད་དགོས་པ་མ་བཟུང་ཀྱང་དབྱང་སྲིད་གཞུང་ལ་ཡང་ཡར་ཁྱུ་
བྱེད་དགོས་འདུག དཀའ་ཁག་འདི་མི་གཅིག་གཉིས་ཅམ་ཀྱི་དཀའ་ཁག་མ་རེད།
མི་རིགས་ཤིག་གི་དཀའ་ཁག་རེད། རིག་གཞུང་ཞིག་གི་དཀའ་ཁག་རེད། དཀའ་
ཁག་འདི་སེལ་སྐོང་ན་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ཏེ་སྲིད་པོ་བྱས་ནས་འདུག་རྒྱུ་ཡིན་ནི་རེད།
དཀའ་ཁག་འདི་སེལ་སྐོང་ན་ང་ཆོས་དེ་ནས་བཟུང་རྟོག་ཏུ་མི་སློང་ཞེས་ཐག་གིས་
བཅད་ནས་བཤད་གི་ཡོད་ནི་རེད། ཡིན་ཡང་སྐད་ཆ་འདི་ཡར་གོང་རིམ་ལ་འབྱེར་
ཐུབ་མཁན་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་ཞིག་མེད་སྐོང་ནི་རེད། ཐ་ན་སྐད་ཆ་འདིར་ཉན་ཐུབ་
མཁན་ཀྱི་ལས་བྱེད་པ་ཞིག་གྱང་ཡོད་ནི་མ་རེད། དེང་སང་གི་བོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་
འདི་ཆད་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཐོན་ཡོད་ནི་རེད། དེའི་རྒྱུ་ཀྱིས་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་
བཞུགས་མ་བཞུགས་བར་གྱི་སྲིད་ཏུས་ནི་གཏན་ནས་མི་འདྲ། གྱང་དབྱང་དང་བོད་
མང་ཆོགས་གཉིས་ཀྱི་བར་ན། དཔེར་ན། ལྷ་སའི་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱ་བུ་ཡོད་ནི་རེད།
རྒྱ་རྒྱུ་མོད་ཡར་རྒྱས་སྐོང་ཡོད་ནོ་དང་བོད་ཀྱི་མི་ཆང་མ་དགའ་ཡོད་ནོ་སྲིད་
ཡོད་ནོ། བོད་མི་ཆང་མའི་ཁ་ཕྱོགས་གྱང་དབྱང་ལ་ཕྱོགས་ཡོད་ནོ། ཞེས་བཤད་ན།
གྱང་དབྱང་གིས་སྐད་ཆ་དེར་ཉན་ན་ཆོག་བསྟན་ཡོད་ནི་རེད། དོན་དངོས་སུ་བོད་
ཀྱི་ནང་ན་ཆོས་ལུགས་དང་རིག་གཞུང་། དཔལ་འབྱོར་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ཁག་མང་པོ་
ཞིག་འཕྲད་ཡོད་ནི་རེད།

ཨ་མའི་ཁ་བཟ།

རིན་བཟང་།

ཨ་མ་ཅིས་ཅིས། བྱི་ཚོས་སྤྱི་ལོ་ང་བརྒྱད་ལོར་སྤྱིད་སྤྱག་བྱངས་པའི་གནས་ཚུལ་
དག་ང་ལ་ཁ་བཟ་ཞིག་བྱོས་ར།

ཨ་མ།

འོ་འོ་དེར་འདང་རེ་བརྒྱབ་ན་སྤྱག་ནི་ཞིག་རེད། ང་དེ་དུས་ལོ་བདུན་རེད།
ཡིན་ན་ཡང་། རྒྱུ་དུས་ལྷ་ཡེ་ཡིན་དུས་ཀྱི་སྤྱིད་སྤྱག་ཐམས་ཅད་སེམས་ན་གསལ་
བོ་རེད། ང་རྒྱན་དུ་པ་མ་གཉིས་ལས་ཨ་པར་འདང་ཆེ། ཉི་མ་ཞིག་ལ། ཨ་པ་ཅུ་སྟོར་
བྱིམ་མཆོས་ཤིག་དུ་སོང་ནས་བྱིར་ཉིན་འགར་མ་ཡོང་ཐལ། སྐབས་དེར་ཆ་ནག་གི་
ཆན་པོ་ཞིག་ལྷ་ཚོའི་སྤྲེ་བའི་ནང་ལ་ཡོང་ནས་རྒྱ་ནག་གི་ལས་བྱེད་པ་ཡོད་པ་ཆང་
མ་ཅུ་མེད་དུ་གཏོང་དགོས། ཁོ་ཚོའི་སྤྲེ་བའི་ནང་རྒྱ་ནག་ལས་བྱེད་པ་ཆང་མ་ཅུ་

མེད་དུ་བཏང་ཆར་སོང་། དང་ཆོ་ཆང་མ་ཡར་བཅུད་པར་ལ་འགོ་ཞེས་བཤད་ནི་
 རེད་ཟེར། སྐབས་དེར་ཞང་ཁྱང་འགྱུར་མེད་དེ་ཆོས་ཡང་འུ་ཆོའི་བྱ་དགའ་པོ་ཐམས་
 ཅད་མགོ་མང་དུ་བྲིད་ནས་ཕྱིར་ཡོང་རྒྱ་མེད་པར་གྱུར། འུ་ཆོ་ཡང་སྡོད་ཉན་རྒྱ་མ་
 རེད་ཅེས་བཤད་པ་རེད་ཟེར། དགོང་མོ་ཞིག་ལ། ངའི་ཨ་པ་གཞན་ཞིག་ལ་ལམ་
 ལ་ལངས་ནས་འགོ་གིན་ཡོད་གི ཨ་མས་བཀག་ནས་དམ་འགོ། སོང་ན་ཉ་ནི་མ་
 རེད། ཅེས་དུ་ཞོར་དུ་བཤད་ན་ཡང་ཐབས་མེད་པར་བྱད་ཐལ། ཕྱི་ཉིན་ཉི་མ་ཤར་མ་
 ཤར་མཆམས་དེར་སྐྱ་མི་ལྷ་དྲུག་ཅིག་དང་གལ་གཅིག་ལ་ཐོན་ཐལ། ང་ཞུ་ཡོད་ན་
 བྱི་རེད། གཞན་ལ་བལྟ་རྒྱུ་དང་ཉན་རྒྱུར་དགའ་ནི་རེད། ཁོ་ཆོ་རེ་རེར་ཞིབ་དུ་བལྟ་
 དུས་ཐམས་ཅད་པོ་འཆབ་བེ་འཆབ་བེ་རེད། ཆུན་པོ་ཞིག་གི་སྡོད་གོས་དཀར་པོའི་
 མཆན་ཁ་ན་ཁྲག་ཐིགས་དམར་པོ་ཞིག་ཡོད་གི ངའི་སེམས་ལ་མདང་དགོང་འདི་
 ཆོར་དོན་དག་ཅིག་བྱུང་སོང་བ་ཁོ་ཐག་རེད་འདོད།

དེའི་རྗེས་ནས་ང་ལ་ཨ་རྒྱུད་གིས་བཤད་ན། དགོང་མོ་དེར་རྒྱ་མི་ལས་
 བྱེད་པ་ལྷ་ཡོད་ནི་རེད། ཨ་ཡེ་གཡང་ལྷའི་ཨ་ཆན་གཅོད་པ་ཆང་དང་ཞང་ཁྱང་ཆང་
 སོགས་བྲིམ་ཁ་འགའ་རེ་ན་ཡོད་ནི་རེད། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གྲོས་བྱས་ནས་དགོང་མོ་
 དེར་བྲིད་ནས་ས་གཞུ་བཞིའི་རྒྱ་དོང་ནང་དུ་ཡོང་རྒྱ་ཐག་བཅད། སྐབས་དེར་ངའི་ཨ་
 སར་ངོ་ཤེས་ལས་བྱེད་པ་ཞིག་ཡོད་ནི་རེད། དེ་ཁ་རོག་གེར་གཞན་ལ་འབྱོར་བཅུག་
 བྱི་རེད། ཁོ་བྱོས་ནས་མར་རྒྱ་ཐོག་སྡེ་བའི་ས་མཆམས་ནས་བཟུང་དང་བྱི་རེད། རྒྱ་དེ་
 ཐོར་འགོ་རྒྱ་ན་ངའི་ཨ་པ་གསོད་ཁོ་ཐག་རེད་ཟེར། རྒྱ་ཆན་བཟུང་ཉེ་ཤི་མས་བཏང་
 བས་བྲིད་ཡོང་དུས། ངའི་ཨ་པ་ཡང་བཟུང་སྟེ་བཀྱིགས་ནས་བཞག་ཡོད་ཟེར། བྲིམ་
 ཆང་སོ་སོ་ན་ལས་བྱེད་པ་ཡོད་ལོ་ཐམས་ཅད་ལ་གཅར་རྒྱུང་བྱས་ཉེ་ཤི་མས་བཏང་
 བྱི་བཏང་གི་བྲིད་ཡོང་བྱི་རེད། དགོང་མོ་དེར་སྐྱ་མི་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་ཡོད་ཟེར། ཐམས་
 ཅད་ཀྱིས་གྱི་དང་མགོ་སྒྲོར། མདུང་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱབ་ནས་བསང་དེ། ལྷེ་དང་ཁ་ཆ་

མིག་སྒྲ་སོགས་དུམ་བུར་དུམ་བུར་བཅད་ནས་བསུར་ལ་སྤུལ། བསང་བཏང་ཉེ་ལྟ་
 རྒྱལ་འཐེན། ཐུག་མཆོད་པ་སོགས་མི་ཉན་ནི་ཉག་ཉག་ལས་ནི་རེད་ཟེར། དེ་ནས་
 རོ་ཐམས་ཅད་ས་འོག་ཏུ་བཅུག་ནས་བཞག། དེ་དུས་ས་སྤུ་བཞི་འུ་རྒྱ་དོང་ནང་གན་
 ས་སྟོང་ལྟ་བུ་ཡིན་ནི་རེད། མི་སྐྱེ་ཐམས་ཅད་གོར་གོར་བྱས་ནས་ཅོག་བུར་བསྐྱད་ན་
 རྩའི་གསེང་ནས་མགོ་བོ་མི་མཐོང་ཟེར། དེ་དུས་སྤུ་གི་ཐང་དེང་སང་གི་འདི་མོ་ཞིག་
 མ་རེད། རྩ་ཐང་ན་དགོ་བ་དང་རྒྱང་སོགས་རི་དྲགས་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད་ནི་རེད།
 རིན་བཟང་།

དེའི་གཞུག་ནས་གསང་བ་ཡོད་ཆད་ཕྱི་ལ་ཅི་ལྟར་བྱས་ནས་ཤོར་སོང་ནི་རེད།

ཨ་མ།

རྒྱའི་ལས་བྱེད་པ་དེ་ཆོ་སྒྲིང་མ་རྗེ། དགོང་མོ་དེར་ཐམས་ཅད་བསང་བཏང་ནི་རེད།
 ཕྱི་ཉིན་ནས་རུ་འཆོགས་བརྒྱབ་ནས་བཅུད་པར་ལ་ཆས་ནི་རེད། ཏུ་བཅུག་ཐང་
 སོགས་གན་རུ་གན་ན་འོར་བསྐལ་བཞག་ནས་སྤྱོད་དང་ཕྱིང་བས་བསྐྱམས་ནས་
 བཞག་ནི་སྐྱེ་ཐོ་ནག་ཐོ་སེ་ཡོད་ནི་རིག་ན་སྐྱག་འགོ་ནི་ཞིག་རེད། རྩེ་བ་ཐམས་ཅད་
 ཡར་བཅུད་པར་ལ་བྱུང་སོང་ནི་རེད། བྱུལ་ནས་གྱར་ཆེ་ཆུན་པོ་ཕག་གའི་ཕ་དང་
 ཁེ་རྒྱལ་གན་ཆོ་བསྐྱད་ནི་རེད། ཡིན་ན་ཡང་རྒྱ་ཐོག་མདའ་གཞིའི་རྒྱ་རོང་གིས་ཁོ་
 ཆོ་བཟུང་ནས། རྒྱ་ཐོག་ནང་སའི་སྤང་བར་ནས་རྒྱ་རྒྱ་མོ་མང་པོས་ཁབ་ཅག་འབྲུག་
 ཅག་བྱས་ནས་གཅར་རྩུང་མང་པོ་བྱས། ཁོ་ཆོའི་ཁ་ནས་བཅན་དབང་གིས་སྐྱང་ཆ་
 འབྲུ་མིན་སྤངས་ནས། རྒྱ་རོ་བཅུག་སའི་ས་སྤུ་བཞིའི་རྒྱ་དོང་ནང་ནས་རོ་སྤངས་སྟེ་
 ཁོ་ཆོར་ཁུར་ཏུ་བཅུག་སྟེ། ཏུ་བཅུག་ལམ་སྟེང་ན་ཡོད་པའི་སྤང་ལོག་དེའི་ཉིན་ན་
 ཡོད་པའི་དུར་ས་དེ་ཆོ་རེད། གྱར་ཆེ་ཕ་སྤུ་ཆོས་སྟེ་བའི་ནང་གི་ལག་དམར་ཡིན་
 མིན་ཆང་མ་ལག་དམར་རེད་ཅེས་བཤད་ནི་རེད་ཟེར། བདེན་འདུག་སྤྱུས་ཤེས། ཁོ་
 ཆོ་ཡང་བཅན་དབང་གིས་བཅོན་ཁང་དུ་ཁྱིད་སོང་ནི་རེད། ཁེ་རྒྱལ་མ་གཏོགས་

ཕྱིར་ཡོང་རྒྱ་མེད་སོང་ནི་རེད།

རིན་བཟང་།

ཡར་བརྒྱད་པར་ལ་ཐོན་ནས་རིང་འབྲོག་མང་པོ་བསང་པའི་ཉིན་མོ་ནམ་རེད།

ཨ་མ།

དེ་ནས་ངེད་ཚོ་ཡར་བརྒྱད་པར་ལ་ཐོན་ནས་ཉི་མ་འགའ་རེ་བསྐད་མ་བསྐད་ཆོད་
 ཡིན། ཟླ་བ་ཡལ་ཆེས་འདྲིན། གཡལ་སྒྲིང་སྒྲིང་ནས་རྒྱ་དམག་མ་ཁོག་པར་སྒྲུགས་
 བྱས་ཐོན་དང་ནི་རེད། ངེད་ཆང་གི་ཉིན་དེར་ཤ་བཅོས་ནས་རྒྱ་མ་སོགས་བྱངས་ང་
 བྱང་ནས་ད་དུང་སྒྲངས་མེད། སྐབས་དེར་རྒྱ་དམག་ཐོན་ཐལ། ཐོན་ཐལ། ཟེར་ནས་
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བྱངས་ང་བྱང་གི་ཤ་ཆ་པོ་ཐམས་ཅད་སྒྲངས་ནས་རས་ལྟེབས་ཤིག་
 གི་ཁྲུག་ལ་སྒྲངས་ནས་ཁྲུ་ཉེ་ནགས་གསེང་ཐུར་ར་བྲོས། བོད་སྐད་ཅག་ཅག་
 གྲགས་ནས་སྤོང་བོའི་ར་ལག་བཅད་ཀྱིན་བཅད་ཀྱིན་ཡོང་གི ངའི་ཨ་པས་ང་རུམ་
 ལ་བརྒྱག་ནས་བྲོས། ངེད་ཚོའི་སྐྱོར་དེར་མི་ཉིས་བརྒྱ་ལྷག་ཡོད། ཐམས་ཅད་རྒྱ་
 དམག་གིས་དེད་ནས་ལུང་བའི་ནང་ཐུར་ར་འབྲོ་དུས་མཛོག་གཡལ་ཁལ་རྟ་མང་པོ་
 གད་པ་གོར་གོར་ཞིག་གི་ནང་ན་བརྒྱ་ཡར་མར་ཞིག་སྤེབས་གཅིག་ལ་བསང་ཡོད་
 གི དེ་ཐམས་ཅད་གནམ་གྱུའི་ནང་ནས་ཐུར་ར་བལྟས་ཉེ་བོད་སྤྱོད་རེད་འདོད་ནས་
 བསང་ནི་རེད་ཟེར། དེ་ནས་ང་ཚོའི་སྐྱོར་དེས་མགོ་སྐྱར་བཀྲུང་ནི་རེད། མར་བརྒྱད་
 པར་གྱི་སྐུ་མཛོད་ན། བྱི་ཆང་རེའི་པ་བྱ་མ་བྱ་འགའ་རེ་སྐྱེད་རགས་གཅིག་གི་ལྷིང་
 ལ་སྤྱོད་ནས་མ་རྒྱར་སྤེབས་གོ་ཞོ་བལྟས་ན་སྐྱག་ནི་ཞིག་རེད་ཟེར། ཡང་རྒྱ་དམག་
 འདི་དག་བཟང་ཞོ་བཟང་ནི་རེད། མ་རྒྱར་སྤེབས་གོ་ཞོ་བར་མཆམས་བཅད་ནས་
 ཕྱིར་དེད་ཡོང་གི་ཡོད་ཀྱི ཟྱ་ཟེར་བ་འདི་སྐྱག་སོང་ན་ཟོག་གི་ཡང་བྱ་རེད། ཁལ་རྟ་
 ར་མོང་སོགས་བསང་ཡོད་པའི་རྒྱབ་ན་གོས་ལྷ་ཆར་ལྷ་མང་པོ་ཡོད་ཞོ་ཐམས་ཅད་
 ཤིང་མགོ་ཆོར་མགོར་བཀལ་ནས་བཞག་ཡོད་གི མེད་འབེན་སྐྱ་མི་ཞིག་གིས། ཨ་

1 རྒྱ་སྐད། སྤྱིད་གཞུང་ལ་མགོ་མ་སྐྱར་བར་
 རེ་མགོར་བྲོས་ཕྱི་དུ་བྱིན་པ་ཆོར་རྒྱག་པའི 87
 མིང་འདོགས་སྒྲངས་ཤིག

ཁྱེད་ལག་ལ་རེར་གཙུག་རྒྱུ་ཞེས་དེད་ནས་བྱད་ཐལ། གཞུག་ནས་བཤད་ན་སྐྱེ་མི་
དེ་ཨ་ཁྱེད་སྒྲིང་ཐོའམ་སྒྲིང་རྒྱ་འབྱུང་འདེམས། ལྷ་བའི་ཆོ་ཨ་ལགས་གཡུ་གྲུར་སོགས་
མཐོ་ལས་དགོན་པའི་ལྷ་བའི་ཆོ་རེད། བཅུད་པར་རྩོམ་ཁའ་མཆོམས་ཁང་ནས་བཟུང་
ཏི་དེད་ཡོང་ནི་རེད་ཟེ།

ང་ཆོ་དགོང་མོ་དེར་དེ་ནས་བཀག་བསྟན། དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཞི་ལྷ་ཆོ་ལག་ལ་
རྒྱུ་ནས་བཀྱིགས། ཞལ་ཆོ་དང་ལོ་ལོན་ཆོ་རྒྱུ་ཐང་ལ་མེ་འབྱུང་བའི་སྐྱེ་མི་ཆོ་དང་
ཨ་ཡ་དོ་ཡ་རྒྱགས་ནི་རེད། མེ་འབྱུང་ཆོས་ང་ཆོར། སོང་སོང་ཨ་རོགས་ཆོ། བྱེད་ཆོ་
ས་བཅུད་པར་གཞུང་ལ་ཐོན་ཐུབ་ན། ཕྱིར་པ་ལྷ་ལ་འགོ་ཐུབ་དགོས་ནི་རེད། ཅེས་
ཟེར་ཞོར་ཏུ་ལྷགས་གཡུག་གིན་འདུག་གི། ད་རུང་ང་ཆོའི་ཕྱི་ཐུབ་ར་རོ་ཁྱེད་ཆོས་
རྒྱ་དམག་གི་རོ་ཁྱེད་ནས་རྒྱགས་ནོ་བཞུས་ན་ཡང་རྒྱག་ནི་ཞིག་རེད། རྒྱ་དམག་ཡང་
རྩོགས་མེད་ཅིག་བསད་ཡོད་ཐལ། སྒྲིང་མ་རྩེ།

རིན་བཟང་།

རྒྱ་དམག་དེ་ཆོ་རོང་འབྲོག་ཆོས་ཐོབ་བརྒྱུ་བརྒྱུ་ནས་བསད་ནི་ཞེ་རེད།

ཨ་མ།

ལག་ཆ་ཆེན་པོ་ཡོད་ནི་མ་རེད། དེའི་སྔོན་སྤེལ་བའི་ནང་ནས་ལག་ཆ་ཆང་མ་གཞུང་
ལ་སྒྲངས་དང་ནི་རེད། ཐོབ་ཁེར་གྲགས་ལག་ལ་ཡོད་ནི་རེད། ཁྱེད་ཆ་དང་མར་
རོས་བརྒྱུ་ནི་རེད་ཟེ། རྒྱ་དམག་གི་ལག་ཆ་དེ་དག་འབྲོག་པ་ཆོས་འཕེན་ཡང་
མི་ཤེས་ཟེ།

རིན་བཟང་།

རྒྱ་དམག་གི་རོ་ཁྱེད་དེ་དག་ཐོད་པ་རེད་དམ་རྒྱ་མི་རེད།

ཨ་མ།

དེ་མང་ཆེ་བ་ཐོད་པ་རེད། ཡར་བཅུད་པར་སོགས་ཟེར་འབྲུག་ལ་མ་བྱད་ནོ་དག་

བཟུང་ནས་དམག་གི་བ་མ་དང་རོ་ཁྱར་ནོ་ཁྱིད་ནི་རེད།

རིན་བཟང་།

དེ་ནས་ཁྱིད་ཆོ་གང་ལ་ཁྱིད་སོང་ནི་རེད།

ཨ་མ།

ང་ཆོ་ཉིན་གཅིག་ཞག་གཅིག་གིས་གོས་ནན་རྫོང་ལ་ཐོན་དང་ནི་རེད། ལམ་བར་
ནས་མྱེ་མང་སྒོམ་ནས་མ་བཟོད་པར་སྐྱག་ཚུ་ལྟ་བུར་ཅུ་ཅུ་འབྲིལ་ཡོད་ནོ་དེ་
འཁྱུང་གི་འདུག་གི། ད་ཅུང་དམག་མི་དེ་ཆོས་གཙུག་རྒྱུ་ལྟ་བུར་ནས་འཁྱུང་གི་མ་
བཅུག་ན་ཡང་འགོག་མི་ཐུབ་གི། ཨ་ན་སྒྲིང་སོས་བཤད་ན། ཁོ་ཆོ་ཉིན་བཅུ་ཉེ་རྩེས་
ནས་བཅུད་པར་ནས་ཡར་འགོ་དུས། དེ་ལྟ་འཁྱུང་ཞིག་གི་མགོ་ན་ནག་རིལ་རིལ་
ཞིག་འགྲལ་གྱིན་ཡོད་གི། མེ་ལྟ་འབེན་ཆོས་ཐོ་སྒྲིལ་རེད་མ་འགོ་བཟུང་། ཡིན་ན་ཡང་
ཁོ་ཆོ་འགྲལ་རེ་སོང་ནས་བཞུགས་དུས། ཞ་ཡེ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་གི་ཨ་མ་མི་ནས་རོ་ཅུལ་
འདུག། ཞ་ཡེ་དེས་ད་ཅུང་ཨ་མའི་བྱ་མ་བྱས་ནས་བསྐྱད་འདུག། ཅུ་མ་ལས་འོ་མ་
ཆར་ནས་རོ་ཅུལ་བའི་ཁྱག་སྐྱག་གི་དྲི་རེག་ཆགས་འདུག། དེ་ནས་བྱིས་པ་དེ་རྒྱ་
དམག་ཆོས་བདག་ཉར་བྱས་ནས་ཁྱིར་སོང་ནི་རེད་ཟེར། ཞ་ཡེ་རྒྱུང་རྒྱུང་མང་པོ་རྒྱ་
དམག་གིས་བདག་བྱས་ནས་སྒྲོག་ཐར་སོང་ནི་མང་ནི་རེད།

ང་ཆོ་རྫོང་གི་ནང་ནས་ཁང་ཆེན་ཞིག་གི་ནང་དུ་བཅུག་ནས་བཞག། བ་མ་མེད་
པའི་ཞ་ཡེ་ཆོས་ཨ་མ་ཨ་མ་པ་བཟུང་བཞིན་དུ་འཕོད་མཆམས་ཆད་རྒྱ་མེད། དེ་ནས་སྒྲོ་
བ་གཅིག་ལྟག་ལ་བསྐྱད་ནི་རེད། ང་ཆོ་ཞ་ཡེ་ཆོས་སྒྲོ་གསེབ་ནས་བྱིར་བཞུགས་ན། ར་
སྒོར་ནང་ན་རོང་འབྲོག་གཉིས་ཀའི་རྒྱན་པོ་དང་གསར་ཤུ་ཆོའི་ལག་པ་རྒྱབ་ནས་
བཀྲིགས་ཏེ། ལག་མགོ་གཉིས་ཀ་སྒྲིལ་ཆོགས་བར་གན་ན་བྱུང་གིན་བྱུང་གིན་བསྐྱད་
ཡོད་གི། ལག་པའི་དཔྱད་ཆོགས་རྫོགས་ནས་བཞག་ཡོད། བཀྲིག་སྐྱུད་གི་ཐག་པ་
རྒྱ་ནང་དུ་བྱན་གི་བྱན་གི་བཀྲིག་གི་ཡོད་གི། བཙོན་མ་མང་པོ་སྐྱབས་འཁོར་ནང་

དུ་བཞག་ནས་ཡར་མར་ལ་འབྱུང་བཞིན་པར་བཞུས་ན་བཞུ་མི་སྤྲུལ། ཀླང་ལག་
བཀྱིག་ནས་སྒྲངས་འཁོར་ནང་སྤྱར་ར་གཅིག་ཐོག་ཉིས་བཅེགས་བྱས་ནས་བྱིར་གྱིན་
ཡོད་ནི་རེད།

རིན་བཟང་།

ཁྱོས་དངོས་སུ་བཙོན་མ་བྱིར་ནས་འགྲོ་གོ་ནོ་ཞེ་རིག་ཐལ།

ཨ་མ།

ཐེངས་གཅིག་རིག་ཐལ། ང་སྐྱལ་ནས་བཞུ་མ་སྤྱབ་ཟིག གཞན་གྱིས་བཤད་ནོ་གོ་
ན་སྐྱལ་ནི་ཞིག་རེད།

རིན་བཟང་།

བཙོན་ཁང་ནང་ནས་གཅིག་གཅིག་ལ་གནས་རྩལ་དང་རྩུ་མཆན་བཤད་སྤྱབ་ནི་ཞེ་
རེད།

ཨ་མ།

ཁ་རོག་གིར་བཤད་གྱིན་ཡོད་ཐལ། མྱི་ཟེར་བ་འདི་བཙོན་གཞོན་ཅི་ལྟར་བྱས་ན་དེ་
ལྟར་ཡར་ལངས་ནས་ཡོང་གི ཐབས་མེད་པ་མ་གཏོགས། སེམས་གཏིང་ནས་མགོ་
སྐྱར་འདོད་མེད། གནའ་མྱི་དེ་ཆོ་ལུ་རྩུགས་ཡིན་ནི་ར་ཅིག་གི

རིན་བཟང་།

དེ་ནས་བཙོན་མ་དེ་ཆོ་ས་ཆ་གཞན་གང་གང་ལ་བྱིར་ནི་རེད། ཁྱོས་ཞེ་ཤེས།

ཨ་མ། གཏེར་ལེན་ཁ་དང་། རྩུ་འདམ་གཞུང་། ཟེ་ལིང་སོགས་སུ་བྱིར་ནི་རེད་ཟེར།

བཙོན་མ་ས་ཆ་གཞན་ལ་འབྱིར་སྐྱབས་ལམ་ནས་ཤི་སོང་ན་སར་གཡུག་འཛོག་ནི་
རེད། དེད་ཞེ་བའི་དཔའ་འབྱུང་རྩུལ་གྱི་ཕ་རྒན་མིང་ལ་མདོ་འབྱུང་རྩུལ་ཟེར་ནི་

རེད། དེ་གཏེར་ལེན་ཁར་མ་ཐོན་སའི་ཤར་མ་ཞང་ཟེར་བ་དེ་ནས་རོ་སར་གཡུགས་
དང་ནི་རེད། ཅིས་ང་ལ་ཨ་རྩ་གཟུངས་ལིས་བཤད་ཐལ། དེ་འདྲ་མང་ནི་རེད།

ཨ་ར་གཞུངས་ལིས་བཤད་ན། ཁོ་ཆོ་བརྟུང་པར་ནས་བྲག་ཁུང་ཞིག་གི་མདོར་
 ཐོན་དུས། བྱང་ན་ཨ་ཡེ་མ་བྱ་འགའ་ཡོད། ཨ་ཡེ་དེས་ཞ་ཡེ་གཅིག་རུམ་ལ་བརྟུག
 གཅིག་ཐུ་འོག་ཏུ་བརྟུག་ཡོད་གི རུམ་ལ་བརྟུག་ཡོད་པའི་ཞ་ཡེ་དེའི་རྩུ་ཞབས་དང་
 ཨ་མའི་ཕོ་བ་གཉིས་མདའ་གཅིག་གིས་རྩུ་ན་ནས་ཆས་བཞག་ཡོད་གི ཨ་མ་དེས་
 ལག་གཡས་པས་ཞ་ཡེ་དེའི་རྩུ་ཁུང་ཁ་བཅད་ནའང་མཛུབ་བར་ནས་ཞ་ཡེ་དེའི་རྩུ་
 མ་དཀར་ན་ར་ར་འཕྱང་ནས་ཡོད་གི ལག་པ་གཡོན་པས་མོའི་རྩུ་ཁུང་བཅད། ཞག་
 བཞུར་ནས་ཐུ་འོག་གི་ཞ་ཡེ་དེ་ཞག་གིས་བཞིས་བཞག་འདུག དམག་མི་ཆོར་མོའི་
 ཐུ་འོག་གི་ཞ་ཡེ་འདི་བྱེད་ཆོས་བྱེད་སོང་། ང་ལ་རྩུ་ཞིག་ཐུང་རྩེས་བོད་རྩུ་བ་ཟེར་
 གིན་འདུག དེ་ནས་ཐུ་འོག་གི་ཞ་ཡེ་དེ་རྩུར་སྒྲངས་ནས་བྱེད་ཡོང་སྟེ། ཨ་ཡེ་དེའི་
 བྱང་ཁར་མེད་འབེན་ཞིག་གིས་བོད་བརྩུབ་ནས་བསད་དང་ཐལ། དེ་ཆོ་ཡིན་པ་ནི་
 སྤྱུག་སྟེ་བའི་རེད། ཞ་ཡེ་དེ་དེང་སང་ཡོད་ལ་མིང་ལ་ཆོ་གཞུངས་ཟེར།
 རིན་བཟང་།

བྱེད་ཆོ་གོས་ནན་ཆོང་ནས་གང་ལ་བྱེད་སོང་ནི་རེད། ལྟགས་སྒྲོམ་ཨེ་མྱོང་ཐལ།

ཨ་མ།

དེ་དུས་ཞ་ཡེ་ཆོར་ལྟགས་སྒྲོམ་ཆེན་པོ་མྱོང་གི་འདུག་གི་མེད་ཐལ། དེའི་གཞུག་ནས་
 ང་ཆོ་གོས་ནན་བྱེ་སྟེ་བརྩུད། མདོ་ཆེ་ནས་མར་ར་མགོ་མང་བར་ཉིན་ཞག་གསུམ་
 འགོར་སོང་། མགོ་མང་དེ་ན་ཁང་ཆེན་ཞིག་གི་སྒོ་དང་བྲ་མིག་ཐམས་ཅད་གཏོར་
 བཅག་བཏང་ནས་ཆག་རོ་ཐམས་ཅད་ད་རུང་བདག་བྱས་མེད་གི དེ་ནི་དེའི་སྟོན་
 རྩུ་གཞིའི་སྟེ་བ་དགའི་མི་ཆེན་དཔོན་ཆེན་ཐམས་ཅད་གསོད་ས་དེ་རེད་ཅེས་ཁ་
 རོག་གེར་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བཤད་གིན་འདུག དེ་དུས་ཁང་བ་གྲུ་དགའི་
 བྱང་ན་སྒྲ་དཔོན་རིགས་བརྟུག་ནས་བཞག་ཡོད་ནི་རེད། དེའི་ཉིན་མེད་འབེན་ལས་
 བྱེད་པ་ཆོས་སྒྲ་དཔོན་ཆོར་བྱེད་ཆོ་སྒྲོར་བྱེད་མི་ཆོག བུ་སྟེ་སྒྲོར་བྱེད་ན་དེ་གསོད་

རྒྱ་ཡིན་ཞེས་བཤད་ནི་རེད་ཟེར། སྒོར་བྱ་བརྒྱབ་ནས་བཞག་ཡོད་ནི་རེད། ར་
 སྒོར་ཁ་ན་པོ་འུ་རུ་ས་བཅུགས་ནས་བལྟས་ཡོད་ནི་རེད། འབྲོག་པ་ཆོས་མི་ནས་གི་
 བཏུབ། པོ་འུ་བརྒྱབ་སྟེ་ང་ཆོའི་དཔོན་པོ་ཆོ་ཕྱིར་ང་ཆོར་སྦྱོད་ཟེར་བཞིན་འདུག་ཟེར།
 སྐབས་དེར་ཉུ་བཟའི་སྒོ་རྒྱུང་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་ནང་ནས་དབུས་ཀྱི་རྩོད་ར་མ་ཞིག་
 གིས་བརྒྱབ་སྟེ་ལྷགས་ལུང་བཅད་དེ། ཁང་བའི་ནང་གི་མི་ཆང་མ་ཕྱིར་སྒོར་བྱ་དང་མ་
 ཐག མཁར་ཁའི་དམག་མིས། མི་མང་གི་གཡལ་ལ་པོ་འུ་བརྒྱབ་ནས་སྒོར་བྱ་དང་བྱ་
 ཐམས་ཅད་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པར་ཐམས་ཅད་བསད་དང་ནི་རེད། དེ་དུས་ཨ་ཡེ་
 གུན་གཅིག་ཡོད་ནི་རེད། མི་སྒོར་སྟེ་བའི་ཨ་པ་ཨ་རྒྱས་དང་ཨ་པ་རྟ་ལི་གཉིས་ཡོད་
 ནི་རེད། དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཨ་ཡེ་ཆོ་སྒོར་འབྱུང་མ་བཅུག་པས་ཨ་ཡེ་ཆོ་ཐར་སོང་ནི་
 རེད། ཨ་རྩ་སྐལ་ལོ་རྩ་མ་རྩ་ལེན་ཡིན་པས་སྐབས་དེར་ཐར་སོང་ནི་རེད། རོ་མར་
 འབྱུང་སྐབས་དེའི་ནང་ན་ཆོ་ནག་གི་རྒྱུ་པོ་ཞིག་ཤི་མེད་པར། ཤི་ཉལ་བྱས་ནས་
 བསྐད་ཡོད་ནི་རེད་ཟེར། རོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱུ་མགོར་ཐུག་བརྒྱབ་ནས་མར་བྱུང་
 བས་ས་འོག་ཏུ་འདུག་སྐབས་རྒྱ་པོ་ཡར་ལངས་མ་ཐག དམག་མི་ཞིག་གིས་ཁོའི་
 ཐོད་པའི་དཀྱིལ་ཏུ་པོ་འུ་བརྒྱབ་ནས་བསད་བཏང་ཐལ་ཟེར། དེའི་རོ་ཐམས་ཅད་
 མགོ་མང་གི་སྒོ་བ་གྲུ་གོང་མ་དེའི་གཡས་གཡོན་ནས། དེང་སང་ལྷང་ལ་འབྱུང་གོ་
 གི་ཟེར། ས་དོང་ཤུར་ཤུར་བཅོས་ནས་དེའི་ནང་ཏུ་ཐམས་ཅད་པངས་ནས་བཀའ་བ་ནི་
 རེད། རོ་མར་འབྱུང་ནི་གསུམ་ན་ཨ་པ་ཨ་རྒྱས་དང་། ཨ་པ་རྟ་ལི། ཨ་རྩ་སྐལ་ལོ་དེ་ཆོ་
 ཡོད་ནི་རེད། ཉིན་གང་པོ་རོ་མར་བྱུང་ནི་རེད་ཟེར།

རིན་བཟང་།

མགོ་མང་ནས་ཁྱེད་ཆོ་བསྐད་ནི་ཨེ་རེད།

ཨ་མ།

མ་བསྐད། ང་ཆོ་དེ་ནས་མར་བྱ་མདོའི་མཆམས་ཁང་དགོན་པར་སོང་བ་རེད། དེ་

ནས་ང་ཚོ་བཀའ་ནས་བཞག་ ཉིན་ཞིག་ཨ་ལགས་སྐྱེ་ཆེ་ར་སྐར་ཁའི་སྐྱེ་ལོ་སོགས་
 ག་བ་དགུ་ལྷག་ཁྱིད་ཡོང་ནས་འཐབ་ཚྩོད་དང་གཅར་རྩུང་བྱས། ཨ་ལགས་ཀྱི་དབུ་
 ལྷ་སེར་པོ་ཆེ་ལ་ཆགས་ཡོད་ནི་ཞིག་གྱོན་ནས་བཞུགས་ཡོད། ཨ་ཁུ་མིག་གཡས་
 པ་(ཆ་བལྟས་)བྱས་ཡོད་ནི་ཞིག་འདུག། དགོང་མོ་དེར་ཨ་ཁུ་དེར་འཐབ་ཚྩོད་དང་
 གཅར་རྩུང་བྱས་ནས། ཕྱི་ཉིན་ཨ་ཁུ་མིག་གཡས་པ་སྒྲོག་ནས་ཐུད་དེ་ཤུལ་ཏུ་ཁྱག་
 ཞིག་བཞུར་ནས་འདུག། འདུ་ཁང་གི་ཟུར་དེ་ན་ཁོང་ཚོ་ཉི་མར་ཐུད་ནས་བཞག་
 འདུག། ཨ་ལགས་ཀྱིས་ཅིག་བཏོན་ནས་བཞུགས་ཞིང་སྐར་ཁའི་སྐྱེ་ལོ་སྐྱེ་ལྷ་ལྷ་འདྲ་
 ཞིག་བྲངས་ནས་བཟུང་འདུག། སྔོན་ཆད་ནས་སྐར་ཁའི་སྐྱེ་ལོ་དེ་མི་སྦྱོད་ལོག་ཅིག་
 ཡིན་ཟེར། ང་ཚོ་ཞ་ཡེ་ཚོ་དགོན་པའི་སྤྱིང་བར་དེར་སོང་སྐབས་སྤང་བར་རིང་བྱང་
 ན་དཔེ་ཆ་དང་མཚོད་ཇུས། གོས་སྒྲ། མཚོད་ཆ་སོགས་ཁྱིམ་ཕྱགས་ལྟར་གས་གང་ན་
 བཀའ་ནས་བཞག་འདུག་དེ་དག་ཁྱེར་ཡོང་ནས་ཅིད་སྦྱད་བྱས།

རིན་བཟང་།

ཁྱེད་ཚོའི་གཡུ་ན་ཨ་ཁུ་ཚོར་གཅར་རྩུང་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ནི་རིག་ན། སྒྲོག་ནས་སྐད་
 ཆ་བཟང་ངན་གང་འདྲ་བཤད་ཀྱིན་འདུག།

ཨ་མ།

ཨ་ཡེ་ཚོ་མ་གཏོགས་ཡོད་ནི་མ་རེད། ཨ་ཡེ་ཚོས་ཏུ་བོད་མ་བཟང་ཐལ། ། མི་གསོན་
 པོའི་མིག་བྲངས་ནས་བཞག་འདུག། གཅར་རྩུང་བྱེད་མཁན་དེ་ཚོ་མི་མ་རེད་ཅེས་
 ཟེར། དེ་ནས་ཉི་མ་འགའི་གཞུག་ནས་ས་ཆ་གཞན་ཞིག་ལ་ཁྱེར་སོང་ནི་རེད་ཟེར།
 དེད་ཚོ་སྐྱབ་བ་གཅིག་གི་གཞུག་ནས་མར་བོན་པོ་ཞང་ཁར་ཡོང་ནི་རེད། དེ་ནས་
 བཟུང་རིག་གནས་གསར་བཟེ་དང་ཟ་མ་སྐལ་ངན་གྱི་འདིགས་པ་ཆེན་པོ་བྱང་ནི་
 རེད། ད་ཆོག་ལྷ།

རིན་བཟང་།

ཡ་ཡ་། ཨ་མ་ད་བཀའ་ངིན་ཆེ། བྱེད་ཆོས་དཀའ་ལས་ཆེན་པོ་ཐུངས་པའི་བརྒྱུད་
རིམ་འདི་དག་ ངས་ཡིག་ཐོག་ལ་འགོད་རྒྱུ་ཡིན།

ཨ་མ།

ཡ་ཡ་ད་འདི་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་ཡིན། དེང་སང་ལོ་ལོན་ཆོར་ཡང་མང་པོ་བཤད་རྒྱུ་
ཡོད་ནི་རེད། རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྲིད་རྒྱུས་ལ་གཞོན་ཉན་ནི་མ་རེད། འདི་ལ་སྦྱོན་ཡོད་
རྒྱུ་མ་རེད་སྟེ། ཡིན་ན་ཡང་འདི་བ་ཆང་ལ་སློག་ཏོད་རྒྱུ་མེད།

རིན་བཟང་།

ཡ་ཡ་བཀའ་ངིན་ཆེ། ད་བདེ་མོ་བྱུང།



བོད་དོན་སྐོར་གྱི་ཁྲོས་ཆོད།

སྤྱི་ལོ་༢༠༡༢ལོའི་ཟླ་༧བའི་ནང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚུམ་པ་པོའི་ཆོག་མཆོད་ཐེངས་༡༧པ་ལུ་
རོབ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཨ་སི་ལན་ཏི་(Iceland)འཕྱོང་ཆོག་སྐབས་བོད་གྱི་ཚུམ་པ་པོའི་
མཐུན་ཆོག་གྱི་ཆོག་མཆོད་གཞིན་སྤྱོད་ཆོག་མཆོད་གྲགས་དང་དྲུང་ཆེ་གཟུ་སྒྲིང་འོད་
ཟེར་གཉིས་ཆོག་མཆོད་འདྲུང་ཁྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་བདུན་ཅུ་ལྷག་གི་སྤྱོད་ཆོག་ཚུམ་པ་པོ་
༡༧༧འཛོམས་པའི་ཁྲོད་བོད་དོན་སྐོར་ལ་གཞུང་ཆེའི་ཁྲོས་ཆོད་དོན་ཆོད་བདུན་ཅན་
ཞིག་སྤྱི་མོས་གྱིས་བཞག་པ་གསལ་གསལ།

དོན་ཆོད་དང་པོ། ཚུམ་པ་པོའི་དང་སྤྱོད་ཆོད་ཀྱི་ཞི་བའི་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་
ནས་སྤྱོད་ཆོད་དང་དབང་ཆོད་ལེན་བྱས་པ་ཚུམ་པ་པོའི་གཞིན་ནག་ཉིས་གང་ཡང་
མེད་པར་བཅོན་འདུག་བྱས་པའི་བོད་ནང་གི་བོད་མི་ཚུམ་པ་པོ་སྤྱོད་ཆོད་སྐབས་
དང་། བཀྲ་ཤིས་རབ་བརྟན། མགར་ཅེ་འཇིགས་མེད། འཇང་ཅེ་དོན་ཁོ་སོགས་བོད་
རིགས་ཚུམ་པ་པོ་དང་། གཞན་ལ། སྤྱོད་ཆོད་ལ་བཞུགས་ཆོག་གང་ཡང་མེད་
པར་འཕྲད་དུ་སྤྱོད་ཆོད་གཏོང་དགོས།

དོན་ཚན་གཉིས་པ། བོད་རིགས་ཚྭ་པ་པོ་ཆེ་རིང་འོད་ཟེར་དང་འཇམ་
དབྱངས་སྒྱིད་སོགས་པར་ཚུར་འགོ་བསྐྱོད་དང་སྤྱི་ཚོགས་འབྲེལ་ལམ་གྱི་རང་
དབང་མེད་པ་དང་། ཁོང་ཆའི་ལུས་སེམས་ཀྱི་བདེ་སྤྱད་ལ་འགོག་སྒྲིབ་བཟོ་བཞིན་
པའི་བཀག་སྡོམ་དེ་དག་འཕལ་དུ་བྱིར་འཐེན་བྱེད་དགོས།

དོན་ཚན་གསུམ་པ། བོད་མིའི་རང་གྲུག་དོ་ཚོལ་གྱི་རྒྱ་སྒྲིབ་གང་ཡིན་ཐང་
ངར་བདེན་དང་བྱི་གསལ་ནང་གསལ་གྱི་ཐོག་ནས་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་དགོས་པར་མ་
ཟད། རང་དབང་ལྡན་པའི་རྒྱལ་སྤྱིའི་གསར་འགོད་པ་ཆེར་བོད་ནང་གི་ས་གནས་སུ་
རྟོག་ཞིབ་ཆེད་བསྐྱོད་ཆོག་པའི་རང་དབང་སྟོད་དགོས།

དོན་ཚན་བཞི་པ། བོད་མི་ཆེར་རང་གི་སྐད་ཡིག་སྤྱང་སྟོབ་བྱེད་ཆོག་པའི་
ཐོབ་ཐང་སྟོད་དགོས། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ནི་བོད་མིའི་བྱང་རྟགས་དོ་མ་དེ་ཡིན་པར་
མ་ཟད། དེའི་ནང་འཛམ་གླིང་གི་རྩ་ཆའི་གཅེས་ཅོར་བོད་བརྒྱད་ནང་བསྟན་ཆ་
ཆང་ལྡན་ཡོད་པ་རེད། བོད་མི་ཆེར་ཐེ་བྱས་གང་ཡང་མེད་པར་བོད་མི་རང་ཉིད་ཀྱི་
སྐད་ཡིག་སྤྱང་སྟོབ་དང་། བོད་སྟོད། དེ་བཞིན་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་ཆོག་པའི་རང་དབང་
དང་ཐོབ་ཐང་སྟོད་དགོས།

དོན་ཚན་ལྔ་པ། བོད་ནང་གི་བོད་པའི་ཤ་བཙུན་ནམས་ལ་ནང་ཆོས་
སྟོབ་གཉེར་དང་ཉམས་ལེན་བྱེད་རྒྱར་བཀག་འགོག་བྱས་ཡོད་པ་དེ་དག་མཆམས་
འཛོག་དང་བོད་ནང་ཆོས་དད་རང་དབང་སྟོད་དགོས། བོད་བརྒྱད་ནང་བསྟན་གྱི་
ལྟ་སྤྱབ་ནི་བོད་རིགས་དང་རྒྱ་རིགས་། དེ་བཞིན་མི་རིགས་གཞན་སོགས་འགོ་བ་
མིའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་གཞི་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་སན་ཐོགས་རྒྱ་ཆེར་སྤྱད་བཞིན་
པའི་རིག་གནས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན།

དོན་ཚན་དྲུག་པ། བོད་ནང་བོད་རིགས་ཡོངས་ལ་སྤྱིམས་ཆད་དམ་དྲག་གཞོན་
གིས་འཛིགས་སྒྲུང་མེད་པར་སྤྱི་བརྗོད་རང་དབང་དང་། ཚྭ་འབྲི། སྤྱི་ཚུལ་གྱི་བསམ་

སྒོ་ལག་ལེན་བྱེད་ཆོག་པའི་རང་དབང་སྒྲོད་དགོས།

དོན་ཚན་བདུན་པ། རྒྱལ་སྤྱིའི་མི་མེར་གྱི་ཐོབ་ཐང་དང་། ཆབ་སྲིད་གྱི་
ཐོབ་ཐང་སོགས་གཏན་འབེབས་ཡིག་ཆ་ཁག་དང་། དེའི་ཆ་རྒྱུན་ནམས་རྒྱ་གཞུང་
གི་ཁྲིམས་ལུགས་ནང་འཇུག་དགོས།

(གོས་ཚད་འདི་དག་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚུམ་པ་པོའི་ཚོགས་སྡེ་བརྒྱ་དང་བཞི་བརྒྱ་
ལྷག་གིས་བཅི་སྤྱད་གིས་མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས་གཙོས་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཚོགས་སྡེ་
ཁག་དང་། ལྷག་པར་རྒྱ་ནག་གཞུང་སོགས་འབྲེལ་ཡོད་སྲིད་གཞུང་གི་སྤྱི་ཚབ་ཁག་
ལ་སྤུལ་ཡོད།)

བོད་ཀྱི་ཚུམ་པ་པོའི་མཐུན་ཚོགས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་རྣམས།

PEN

INTERNATIONAL



ISBN 819232634-9



9 788192 32634 4

देवरेडि ₹ 100